१०. *विषमा*— रसाञ्जनको लेप लगाए बिच्छी, सर्प, कुचिला, धतूरो आदिको विषमा आराम हुन्छ।
विधि— दारुहल्दीको पंचांग (पात, बोक्रो, जरा, फल—फूल) कुटी काढा पकाएर छान्नू) छानेको रस फेरि पकाउनू। बाक्लो भएपछि सुरक्षित राख्नू। यही 'रसाञ्जन' हो।

१६६. गोरखमुण्डी (मसला)

१. *पथरीमा*— एक तोला मसलाको काढा एक महीना जति पिए पेटको पथरी गलेर जान्छ, आराम हुन्छ।

२. *जुकामा*— छः ग्राम गोरखमुण्डीको जराको धूलोमा वायबिडङ्ग मिसाई सेवन गरे पेटको जुका सफा हुन्छ।

३. *अलकाईमा*— सात ग्राम मसलाको धूलो फाँको मारेर गाईको दूध पिए अलकाई निको हुन्छ।

४. *रक्त बातमा*— सात ग्रामदेखि दस ग्रामसम्म गोरखमुण्डीको पंचांग (पात, बोक्रो, फल, फूल—जरा) धूलो पारेर दस ग्राम घिउ र सात ग्राम मह मिलाएर गुर्जोको काढासित दुवै छाक सेवन गरे रक्तवात, कुष्ठ आदि रोगमा रामबाण हुन्छ।

५. *नेत्ररोगमा*— ८ ग्राम गोरखमुण्डीको जरा सुकाएर धूलो पारी त्यति नै मिश्री मिसाई पाँच ग्रामका मात्रा पारी दिनहुँ गाईको दूधसित सेवन गरे आँखा—सम्बन्धी सबै रोगमा लाभ गर्दछ।

६. *नपुंसकतामा*— मसलाको ताजा जरा पानीमा पिसी लेदो पारी नउग्लने भाँडामा राख्नू। त्यो लेदोको चार दोबर तिलको तेल र त्यसको चार दोबर पानी मिलाई मधुरो आगोमा पकाई तेलमात्र शेष रहेपछि छानेर सुरक्षित राख्नू। त्यही तेल दस थोपादेखि बीस थोपासम्म पानसित तीनै छाक सेवन गरे नपुंसकता निको हुन्छ। यही तेलले कामेन्द्रियको मालिश गरे झन् बर्ता लाभ हुन्छ।

७. *यौवनको रक्षामा*– गोरखमुण्डीको पंचाङ्ग छायामा सुकाएर राख्नू । आवश्यकता परेमा यसैको हलुवा बनाएर केही दिन खाए यौवन सुरक्षित रहन्छ, दुर्बलता अनुभव हुँदैन । काम–शक्ति बढ्दछ।

८. *लिंग–शक्ति बढाउनमा*– मसलाको पंचांगमा पानी हालेर पिध्नू र लेदोको चार दोबर तिलको तेल हाली माथि बताएझैं पकाउनू र छानेर सात ग्राम जति चालीस दिनसम्म सेवन गरे कामेन्द्रियको शिथिलता हराउँछ, बल बढ्दछ,

९. *स्तन शैथिल्यमा*– गोरखमुण्डीको पञ्चाङ्गलाई पानी मिलाएर पिस्नू र लेदोको चार दोबर तिलको तेल र तेलको चार दोबर पानी हालेर पकाउनू। तेल मात्र शेष रहेपछि त्यसमा रूओ भिजाएर स्तनमा बाँध्ने गरे झुण्डिइसकेको स्तन पनि साह्रो भएर ठडिन्छ। यही तेल नस जस्तै नाकमा हाले पनि लाभ हुन्छ।

निवेदन—यसको प्रयोग अनेक रोगमा गर्न सकिन्छ। जस्तै—

१. गोरखमुण्डीको चूर्ण बाख्रीको दूधसित जाइफलको धूलो मिलाई सेवन गरे स्त्रीहरू गर्भधारण गर्न समर्थ हुन्छन्। २. मिश्रीसित सेवन गरे वीर्यको दुर्बलता हराउँछ। ३. मरीचसित दिए, दुइ, तीन, चार दिन बिराएर आउने जरो निको हुन्छ। ४. धनियाँको पानीसित सेवन गरे नेत्र—सम्बन्धी अनेक रोग निको हुन्छ। ५. कपूरसित अलकाईमा लाभ पर्छ। ६. गाईको दूधसित प्रमेहमा लाभ गर्छ। ७. निम्बूको रससित सेवन गरे मूर्च्छा, मृगी निको हुन्छ।

•

आश्विनिकुमाराभ्यां नमः

सरल औषधि-ज्ञान

अथवा

सजिलो उपचार

खण्ड ३

यस खण्डमा अनेक रोग र तिनको सरल उपचार दिइएको छ। प्रत्येक रोगको लक्षण, अवस्था, बलाबल, उमेर आदि स्वयं उपचार गर्नेले आफैं विचार गर्नुपर्दछ। यी सबै कुरामा ध्यान नदिई गरिएको उपचारले लाभको सट्टा हानि पनि हुन सक्तछ । अतः नाडीको साधारण ज्ञान पनि नभएको व्यक्तिले कुनै जान्ने व्यक्ति वा वैद्यको सहयोगले औषधि प्रयोग गरे अवश्य लाभ हुन्छ।

('नाड़ी—ज्ञान र रोग पहिचान' भन्ने पुस्तक पनि हामीसँग मगाई पढ्ने गर्नुहोस् । त्यसपछि 'ओखती—भण्डार' पढी भण्डारी पनि बन्नुहोस्)

१६७. विविध रोग र तिनका औषधिहरू

१. *कपाल दुखेमा*— चामल तीनपल्टसम्म दूधमा भिजाउँदै छायामा सुकाउँदै गरेर त्यो चामल पिंधी नस बनाएर नाकले सुर्कने (सुँघ्ने) गरे पूरा वा आधा कपाल दुखेको र पिनास समेत निको हुन्छ।

२. *अर्धकपालीमा*— जतातिरको कपाल दुखेको छ, त्यसको विपरीत अर्कोतिर नाकमा दुइ—चार थोपा शुद्ध मह चुहाइदिए एकक्षणमै कपाल दुखेको आराम हुन्छ। यो सिद्ध प्रयोग हो।

३. *मृगी अर्थात् छारे रोगमा*— रायो पिसेर नस बनाई नाकमा सुर्कनू त आराम हुन्छ। प्याजको रस नाकमा चुहाइदिए पनि मूर्छा रोगमा अवश्य आराम गर्दछ।

४. *निद्रा नलाग्नेमा*— बाखीको दूध हात—पाउमा मल्नू र एक गिलास भैंसीको बाक्लो दूध पिएर सुत्नू, निद्रा लाग्दछ।

५. *साना बालक—बालिका निद्रामा झस्कँदा*— फिटकिरीको डल्ला सिरानमा राखिदिए डराउने हराउँछ।

६. *नाकबाट रगत आउनेमा*— हात—खुट्टा तातो पानीले धुनू । चीसो पानी तालुमा खन्याइदिनू त रगत तत्काल थामिन्छ र फेरि जतातिरको नाकबाट रगत आइरहेको छ, उतैतिरको पाखुरामा कुहुनाको डेढ इन्ची माथि यौटा बलियो डोरीले कसिदिनू, रगत थामिन्छ।

७. *नाकको कीरामा*— राम्रो हीङ तातो पानीमा घोटेर नाकमा चुहाइदिनू यसले आराम हुन्छ।

८. *नाकको दुर्गन्धमा*— तुलसीको पात पानीमा पिसेर त्यो रस तीन—चार थोपा नाकमा चुहाइदिनू त तीन—चार खुराकमा आराम हुन्छ।

९. *दन्तपीडा (दाँत दुख्नेमा)*– जतातिरको दाँतमा पीडा छ, त्यसको उल्टोतिर अर्थात् विपरीततर्फ दस गेडा मरीच पानीमा मसिनु पिसेर कानभित्रसम्म पुग्ने गरी चुहाइदिनू आराम हुन्छ। अथवा सुन सफा गर्ने नौसादर एक रत्ती जति दाँतको खाल्डोमा राखेर दाँतले थिचे पनि दन्तपीडा तत्काल निको हुन्छ।

१०. *ओठ फुट्नेमा*– नौनी घिउमा सिंधेनून पिंधेर नाइटो र ओठमा लगाइदिनू त दुई दिनमै आराम हुन्छ।

११. *छाती दुखेमा*– राम्रो खालको दुई रत्ती हींग यौटा मुनक्का–भित्र भरेर दिनू। तत्काल आराम नभए दुइ घण्टापछि अर्को मात्रा दिनू त्यतिले पनि आराम नभए तीन घण्टापछि फेरि एक मात्रा दिनू त अवश्य आराम हुन्छ। मुनक्का किसमिसभन्दा ठूलो दानाको चाहिन्छ।

१२. *सेतो दाग (पाण्डुरोग)मा*– राम्रो हीङ दस ग्राम, गाईको घिउ सय ग्राम फलामे कराहीमा राखेर एक तोला नीलोतुथो हालेर फलाम अथवा काठले बेसरी घोट्नू र बोतलमा हाली राख्नू। शरीरमा कहीं पनि सेतो दाग देखियो भने दिनको तीनपल्ट लगाउने गरे प्रारम्भिक सेतो दाग हराएर जान्छ। धेरै पुरानो भइसकेको भए केही दिन लगाइरहनुपर्दछ।

१३. *पखाला लागेमा*– मसिनु गरी काटेको प्याज दहीमा मिसाएर खानू त पखाला लागेमा लाभ गर्दछ।

१४. *रगतमासीमा*– भर्खर परेको रगतमासी भए जुलाब खानू र त्यस–पछि माथि बताए–जस्तै विधिले दही–प्याज र दही–भात खाए आराम हुन्छ। यो रोग पुरानो भइसकेको भए राति सुत्ने बेलामा

अलिकति अफीम खाएर सुत्नू त आराम हुन्छ। रोग नयाँ भए अफीम खानाले हानि गर्न सक्तछ।

१५. *हरियो रंगको पखालामा*– असुरो घोटेर दुवै छाक खान दिए साना बालक–बालिकाको हरियो छेर्ने रोग आराम हुन्छ।

१६. *बाथ रोगमा*– घिउमा लसुन डढाएर त्यो घिउ पिउने गरे लाभ गर्दछ।

१७. *रक्त प्रदरमा*– स्त्रीजातिको मासिक–धर्ममा रगत थामिएन भने चार–पाँचवटा मूसाको लिड (विष्टा) पिसेर दहीमा मिसाएर खान दिनू आराम हुन्छ। त्यो औषधि रामबाण झैं अचूक छ र प्रयोगमा पनि सिद्ध पाइएको छ। परेवाको विष्टा तीन मासामा उत्ति मिश्री मिलाएर पानीसित दुवै छाक खानाले सात दिनमा रक्त प्रदर निको हुन्छ।

१८. *कानको घाउमा*– कुकुरको पिशाब रुवोमा भिजाएर दुई–तीन थोपा कानमा हालिदिए कानको कस्तै पुरानू घाउ भए पनि आराम हुन्छ। कुकुरको पिसाब पाउन कठिन भए त्यसलाई समाएर कुट्न थालेपछि मुत्तछ। एकै खुराकले आराम नभए तीन–चारपल्ट प्रयोग गर्नुपर्दछ।

१९. *नक्सीर (नाथ्रो फुट्ने वा नाकबाट रगत आउने) मा*– कालो गधाको लिदीको रस नाकमा दुइ थोपा चुहाइदिए नक्सीर (नाकबाट रगत आउने वा नाथ्रो फुट्ने रोग) आराम हुन्छ।

२०. *प्रसव वा नानी पाउने कष्टमा*– भैंसीको ताजा गोबरको रस दुई तोला, भैंसीकै एक पाउ दूधमा मिसाएर खान दिए प्रसव कष्ट वा नानी पाउने रोगमा तत्काल लाभ गर्दछ।

२१. ***फियो बढेमा***– गोमूत्र (गाईको गउँत) फियो बढेर जरो आउने वा कलेजो–सम्बन्धी रोगमा तीन तोला खाने सोडामा पाँच तोला गोमूत्र मिसाएर दिनमा चारपल्ट खाने गरे शीघ्र आराम हुन्छ।

२२. ***सुनिएकोमा***– गोमूत्र उमालेर बोतलमा हाली सेके ठीक हुन्छ।

पेट सुनिएकोमा पनि गोमूत्र खाने गरे चार दिनमै आराम हुन्छ।

२३. *पिशाव रोकिएमा*– मूसाको लींड पिधेर नाइटो मुनि मूत्रस्थानमा लेप गरिदिए पिशाब बन्द भएको तत्काल खुल्दछ ।

२४. *रक्तप्रदर*– मूसाको लींड चार–पाँचवटा पिधेर दहीमा मिलाई खाने गरे रक्तप्रदर वा मासिकधर्म रोकिएको पनि आराम हुन्छ।

२५. *प्रदरमा*– मूसाको बोसो योनि पल्टने र बेर्नु पल्टनेमा र प्रदरमा पनि लगायो भने आराम हुन्छ। यसले योनि–संकोचन पनि पार्दछ।

२६. *घाउमा*– बाँदर, कुकुर आदिले टोकेमा वा ᐟ टेको ठाउँमा पनि माकुराको जालो लगाइदिए जाति गर्छ।

२७. *पखालामा*– सुठो–घोटेर पिउनाले पखाला थामिन्छ। नून मिसाएर पिए वमन पखाला थामिन्छ । सुठोको धूलो पैतालामा दल्नाले चिसो भएको शरीरमा गर्मी आउँछ। सुठोको अन्य गुण पनि यही पुस्तकको अन्य स्थानमा छ।

२८. *पिनासमा*– आँक (अर्क) को दूध लिई गुइठाको मन्द आगोमा तीनपल्ट भावना दिई छायामा सुकाई लुगामा छानेर सुरक्षित राख्नू। मौकामा त्यही धूलोको नाकमा नस लिनू, त्यसले धेरैपल्ट छीक आउँछ। अनि आधा वा पूरा कपाल–निधार कंचट आदि दुखेको र रुघा बिग्रिएर पिनास भइसकेको पनि आराम हुन्छ।

सावधान! यो कडा औषधि हो, अतः सानो बालक र गर्भवती नारीलाई दिनु हुँदैन। यदि कोही व्यक्ति अकस्मात् मूर्च्छा परेको छ भने त्यसको होश फर्काइद्विन्छ। कुनै कारणले छींक थामिएन भने गाईको घ्यूको नस लिए तत्काल थामिन्छ। यो नाकबाट रगत बग्नेमा पनि रामबाण झैं काम गर्दछ।

२९. *लहरे खोकी (Whooping Cough) मा*— अदुवाको रस र पान& को रस, तुलसीको रस मिलाएर शक्करमा बाक्लो चासनी बनाएर दुवै छाक चटाउनाले साना बालकहरूको लहरे वा कुकुरखोकी आराम हुन्छ।

३०. *मूर्च्छामा*— प्याज काटेर नाकमा सुँघाए अकस्मात् लोटेर मूर्च्छा परेको तुरुन्त होश आउँछ।

३१. *दाँतमा*— साना बालकको दाँत निस्कन कठिन भए मह र पिपला मिसाई गीजामा लगाइदिए दाँत सहजै निस्कन्छ। पिपलाका अन्य गुणहरू यही पुस्तकको अन्य स्थानमा छ।

३२. *स्वप्नदोषमा*— कपूर यसको उत्तम औषधि हो। पिशाबमा अथवा निद्रामा वीर्यपात र शुक्रभेद भएमा दुइ रत्ती कपूर दूधसित सुत्ने वेलामा खान दिनू। ज्वानोसित कपूर खाए पनि लाभ गर्दछ।

३३. *चोट वा काटेकोमा*— कपूरको धूलो काटेको स्थानमा छरिदिए रगत तत्काल थामिन्छ र घाउ पनि चाँडै आराम हुन्छ। सकेसम्म घाउमा पानी नपारे उत्तम हो।

३४. *रजोदोषमा*— परेबाको फुल फुटाएर योनिभित्र लगाउनू त तुरुन्त लाभ हुन्छ। यो स्त्रीहरूको भयंकर रोग हो। फाइदा नभए मात्र डॉक्टरको सल्लाह लिनु असल हुनेछ।

३५. *घाउ फुटाउनुपरेमा*— परेवाको विष्टा पिंधेर घाउको मुखमा राखेर बाँधिदिनू। घाउ पाकेर आफैं फुट्दछ। नौसादार र चून मिसाएर अलिकति घाउको मुखमा राखिदिए दुइ मिनटमै घाउ फुट्दछ।

३६. *सुँगुरको बोसो*— यो दादुरा, ठ्यौलाको घाउमा लगाइदिए निको हुन्छ र दाग पनि बस्तैन। यो अनुभव सिद्ध प्रयोग हो।

३७. *हैजा वा दाँत दुखेमा*— पानीमा कपूर घोलेर खान दिए लाभ हुन्छ। यसले उल्टी, दिसा, छटपटी थामिएन भने तत्काल अस्पताल लैजानु उत्तम हुनेछ।

३८. *दाँत दुखेमा–* साधारण दुखेको वा कीरा लागेको भए पनि दुखेको स्थानमा पीपरमिण्ट र कपूर रूओमा राखेर च्याप्न दिनु त तत्काल आराम गर्दछ ।

३९. *बिफर र दादुरामा–* गहतको झोल पिउन दिए लाभ गर्दछ। झोल बर्ता तातो नदिनू। यसले मुखमा बिफरको दाग पनि पर्न दिंदैन र आराम गर्दछ।

४०. *सुत्केरीको दूध गानिएमा–* मुसुरीको दाल भिजाई पिधेर लेप लगाइदिनू, दूध गानिएको ठीक हुन्छ। यो चीज हात–खुट्टा र पैताला पोल्नेमा पनि लेप लगाइदिए आराम हुन्छ।

४१. *हिक्कामा–* दुइ तोला जति बिमिरोको रसमा छः ग्राम जति मह र तीन ग्राम बिरेनून मिसाएर साता दिनसम्म दुवै छाक सेवन गरे हिक्का आउन थामिन्छ। बर्ता हिक्का आयो भने दुइ तोला जति बिमिरोको रसमा तीन ग्राम नून मिसाएर चाट्न दिए तत्काल हिक्का रोकिन्छ।

४२. *वमनमा–* एक ग्राम बिमिरोको रस एक ग्राम महमा पिपला मिसाएर चाट्नाले वमन थामिन्छ।

(क) कागतीको बोक्रा पोलेको खरानीमा मह मिलाएर चाटे पनि वमन रोकिन्छ ।

(ख) कागतीको शर्बत पिलाए पनि पित्तबाट हुने हिक्का रोकिन्छ।

(ग) बिमिरोको जरा छः ग्राम पानीमा पिंधेर छः ग्राम मह मिलाई पिउनाले वमन तत्काल थामिन्छ र वाकवाकी लागेको भए पनि निको हुन्छ।

(घ) काटेको कागती एक फ्याँकमा नून छरेर तातो पारी चुसे पनि वमन थामिन्छ।

(ङ) एक तोला कागतीको रस मुखमा हाल्नु र एक गिलास गाईको दूध लिई तत्काल निल्नू ढीलो गर्नु हुँदैन। यसले अलकाई निको हुन्छ।

४३. *फियोमा*– तीन वा चार कागतीको रस पानीमा मिलाएर उभी उभी खाली पेटमा पिउने गरे एक सातामा फियो बढेको आराम हुन्छ।

४४. *कामजरोमा*– एक तोला कागतीको रसमा दस ग्राम मिस्री मिलाएर जरो आउनुभन्दा एक घण्टा पहिले खान दिनू त जरो अवश्य रोकिन्छ।

४५. *जूका परेमा*– सुकेको बिमिरोको बोक्रा दस ग्रामको काढा बनाएर पिए जूका मर्छ। कागतीको बिउको धूलो बनाई पानीसित खाए पनि पेटका चुर्ना वा जूका मर्छन् ।

४६. *गर्भाधानमा*– बिमिरो र अरिङको एक–एक दाना बिउमा घिउ मिलाएर सेवन गर्नाले बाँझी पनि गर्भवती हुन्छन्।

४७. *छोरा नभएर छोरी मात्र जन्मिएमा*– रजस्वला भएको चार दिन बितेपछि कागतीको जराको दस ग्राम रसमा दुइ सय ग्राम चौलानी मिलाएर पिउनू। तीन दिन यो औषधि खाएपछि सम्भोग गरे अवश्य छोरो जन्मनेछ।

४८. *सर्पदंशमा*– आठ-दस दाना कागतीको रसमा मिश्री मिलाई पिउन दिए सर्पदंशमा आराम दिन्छ। कागतीको बीज पिसेर पिए पनि लाभ हुन्छ।

४९. *अफीमको विषमा*– यसमा कागतीको रस पच्चीस ग्राम र त्यति नै मिश्री मिलाई आधा घण्टाको फरक पारेर तीन मात्रा दिए अफीमको विषमा लाभ हुन्छ।

५०. *गाँजा–भाँगको विषमा*– कागती काटेर चुसिरहे अथवा कागती–को पुरानू अचार खाँदै पानी अलि बर्ता पिए गाँजा–भाँगको विष

उत्रन्छ। अरू कागतीको रस बीस ग्राममा फणीरको पात छः ग्राम पिसेर शर्बत जस्तै फेटी पिए पनि विष नष्ट हुन्छ।

५१. *बारुलो वा मौरीले चिलेमा*— कागतीको रसमा नून मिसाई बेसरी पिधेर लगाइदिए बारुलो, मौरी आदिले चिलेकोमा आराम हुन्छ।

५२. *धतुरोको विषमा*— बिमिरो वा कागतीको दस ग्राम रसमा मिश्री मिलाएर शर्बत बनाई पिए धतुरोको विष नष्ट हुन्छ।

५३. *कुचिला, हरितालको विषमा*— तीस ग्राम कागतीको रसमा मिश्री वा चीनी मिलाएर दिनमा तीनपल्ट शर्बत झैं एकेक गिलास पिए आराम हुन्छ। यसमा खाली पानी पिउन दिनु हुँदैन।

५४. *रक्सीको मात लागेमा*— बिमिरोको केस्रा तीन ग्राम र अमिलो अनार वा दारिम (यो बर्ता रातो हुन्छ) नूनसित खान दिए रक्सीको मात ठीक हुन्छ।

५५. *तूतिया वा नीलोतुथोको विषमा*— ज्यामीरको रस दस ग्राममा चीनी मिलाएर शर्बत झैं फेटी पिउनाले नीलोतुथो वा तूतियाको विष निको हुन्छ।

५६. *बिच्छीको विषमा*— बिच्छीले टोकेको स्थानमा नून र आधा कागती बेसरी दलिदिए एकछिनमै बिच्छीको विष नष्ट भएर जान्छ। फेरि कागतीको बिउ दस बाह्र दाना र नून पिसेर शर्बत झैं पिए पनि लाभ गर्दछ।

५७. *प्रसवमा*— बिमिरोको जरा कम्मरमा बाँधिदिए तत्काल बालक जन्मन्छ। फेरि बिमिरोको जरो, महुआको बोक्रा वा जेठीमधु बराबर लिई धूलो पारेर तीन ग्राम मह, दस ग्राम घिउमा मिसाई चाट्न दिए पनि छिटो र बर्ता कष्ट नभई बालक जन्मिन्छ।

५८. *भकभकाउनेमा*— बेलुकाको भोजनमा मरीच र घिउ अलि बर्ता खाने गर्नू । सय ग्राम जति कागतीको रसमा पांग्राको मसिनो

धुलो मिसाई कुल्ला गरे एक सातामै भकभकाउने ठीक हुन्छ र बोली स्पष्ट निस्कन थाल्दछ।

५९. *भिरुङ्गीमा*— हुन त यो रोग डॉक्टरी औषधि नगरी निर्मूल हुन सक्तैन तापनि यो रोगमा रोगको आरम्भमै प्रतिदिन दस ग्रामको दरले कागतीको रस पिए रोग बढ्न सक्तैन, बिसेक हुन्छ।

६०. *रिङ्टा लागेमा*— कागती छोडाएर सय ग्राम जति बोक्रा उसिनी मिश्री वा चीनीको चासनी (पाग) हालेर मुरब्बा जस्तै बनाउनू र रिङ्टा लागेमा एक—एक टुक्रा खाई चिसो पानी पिउनू त लाभ—दायक हुन्छ।

६१. *शरीरमा बोसो बढेमा*— (बर्ता बोसो हुनु पनि एक प्रकारको रोग नै हो) यसमा दस ग्राम कागतीको रसमा पचास ग्राम पानी मिसाएर प्रतिदिन पिउने गरे शरीरको भद्दा र मोटोपन हराएर शरीर आफ्नू स्वाभाविक स्थितिमा आउँछ।

६२. *अतिसारमा*— दुइ ग्राम कागतीको रसमा आधा ग्राम अफीम मिसाएर चाटे अतिसारको दिशा थामिन्छ। फेरि यौटा राम्रो कागतीको रसमा दुइ सय ग्राम पानी मिलाएर पिउन दिनू। यसरी आठ—दस—पल्ट पिलाए दिशा थामिन्छ ।

६३. *हैजामा*— यो रोग गाउँ—घरमा फैलिएको मौकामा दुई दाना कागती प्रतिदिन पानीमा निचोरेर खाए हैजा लाग्ने डर रहन्न। बीस ग्राम कागतीको रस पिउन दिए झाड़ा—बान्ता लागेको पनि तत्काल थामिन्छ। फेरि बिमिरोको बीज बीस दानालाई पचीस ग्राम पानीमा पिसेर शर्बत झैं बनाई पिए हैजाको दिशा बान्ता थामिन्छ।

६४. *रगतमासीमा*— तीन ग्राम कागतीको रसमा आधा ग्राम अफीम मिलाएर दूधसित पिउनाले आउँ—रगत परेको पुरानू भएको भए पनि आराम हुन्छ।

६५. *कपाल दुखेमा*— कागतीको बोक्रा बेसरी पिसेर चन्दन झैं भएपछि

निधारमा लेप लगाउनू। यसले आधा कपाल दुख्ने र कंचट दुखेको ठाउँमा लाभ हुन्छ।

६६. *खल्वाट (कपाल खुइलिने) मा—* कागतीको बीज पानीमा पिसेर कपालमा लेप लगाए फेरि कपाल उम्रन्छ र खल्वाट हराएर जान्छ।

६७. *नाथ्रो फुट्नेमा—* कागतीको रस नाकबाट सुक्यों (नस) लियो भने नाथ्रो फुट्ने बिमारी सदाको निम्ति बिदा भएर जान्छ। कागतीको रस जौको पीठोमा पिसेर निधारमा लेप लगाए पनि नाथ्रो फुट्ने बिमारीमा लाभ गर्दछ।

६८. *जुम्रा परेमा—* कागतीको रस र लसुनको रस मिसाएर कपालमा लगाउनू। लिखा र जुम्रा नष्ट हुन्छन् । यो प्रयोग गरिसकेको औषधि हो।

६९. *फियो बढेमा—* मूलाको हरियो पात कुटेर आधा किलो रस झिकी त्यसमा चीनी वा मिश्री मिलाएर पातलो लुगाले छानेर पिउनासाथ बिरामीलाई पूर्ण आराम हुन्छ। भोक बढ्छ, पेट सफा पार्छ र फियो अलि–अलि गरेर घट्तै जान्छ। सात दिन यो क्रम चलाए फियो निको हुन्छ।

७०. *जुका परेमा—* नीमको पातले तर्कारी झानेर खाने गरे पेटका जुका मर्छन् । दुइदेखि पाँच ग्रामसम्म नीमको तेल पेटमा मालिश गरे पनि जुका चुर्ना हराउँछन् ।

७१. *कीला गाडिएमा—* खाने तेलको सलेदो बनाएर बाली सहन सक्ने गरी Öयाम्म–Öयाम्म गाडिएको स्थानमा हिर्काउनू, यसले फलामको वा खिया लागेको दोष जान्छ र घाउ छिटै निको हुन्छ।

७२. *मूर्च्छा या मृगीमा—* बिच्छी समातेर माटोको हाँडीमा राखी माथिबाट माटोकै बिर्को लगाएर घाममा सुकाउनू । अनि सुकेको

गोबर ल्याई माझमा हाँडी राखी आगो लगाइदिनू। आगो निभेपछि हाँडी झिकेर हेर्दा बिच्छीको खरानी पाइन्छ। त्यसको नस केही दिनसम्म लिने गरे मूर्च्छा रोग आराम हुन्छ। यो अनुभव गरिसकेको प्रयोग हो। मूर्च्छा परेकै बेलामा त्यो नस अलिकति नाकमा फुकिदिए तुरुन्त होश फर्कन्छ।

७३. *मूर्च्छाको अर्को प्रयोग*— भैंसीको खुर डढाएर खरानी तुल्याएर त्यसको नस बिहानै खाली पेटमा सुँघ्न दिनू र दुइटा जाइफल छेडेर घाँटी वा पाखुरामा बाँधिदिनू अनि गदहाको सोमको औंठी लगाए आराम हुन्छ। यो प्रयोग गर्नेले रोगीबाट पारिश्रमिक केही पनि नलिनू। केही दिन खोजे त्यो वस्तु द्ररिद्रनारायणमा बाँडिदिए कल्याण हुनेछ।

७४. *आँखा दुखे वा पाकेमा*— जतातिरको आँखा दुखेको छ, त्यसको अर्कातिरको बूढी औंलाको नङमा आँकको दूध लगाएर रातभरि राख्नू। बिहान उठेर पखाल्नू आराम हुनेछ। यो अचूक र प्रयोग सिद्ध उपचार हो। आँखाको घाउमा मेथीको सागको रस लगाए पनि तत्काल लाभ गर्दछ। आँखामा खुर्सानी परे जिब्रोले नूनको डल्लो चाटे पनि दाह हराउँछ र आँखा रातो हुँदैन ।

७५. *नाकबाट रगत आउनेमा*— पहेंलो रंगको कौडी पोलेर खरानी पारी राख्नू ।चाहिएमा कलिकति खरानी घिउमा मिलाएर भित्रसम्म पुग्ने गरी सुर्कनू। रगत थामिन्छ र फेरि फेरि आउन्न।

७६. *सुनिएकोमा*— काफलको फूलबाट झिकेको तेलले सुनिएको रोग निको हुन्छ। त्यो तेल नाकमा हाल्नाले आधा कपाल दुखेको आराम हुन्छ। यसको मालिश गरे पक्षाघात वा लकवा पनि ठीक हुन्छ। जननेन्द्रियमा, अण्डकोष छोडेर, मालिश गरे नपुंसकता हराउँछ।

७७. *कम्प भएमा*— ज्वानोको शर्बत बनाई पिउनाले कम्पन तथा पक्षाघात पनि निको हुन्छ।

७८. *जुका परेमा*– चार ग्राम ज्वानोको धूलो महीसित पिए पेटका जुका मर्छन्।

७९. *नपुंसकतामा*– सय ग्राम ज्वानोको धूलोमा सातपल्ट कागतीको भावना दिएर सुकाई राख्नू। यो तीन–चार ग्रामको मात्रा गरी मिश्री मिलाएर गाईको दूधसित पिउन दिए नपुंसकता हराएर जान्छ।

८०. *सूखा खोकीमा*– पानमा हालेर ज्वानो खाने गरे कफ नआउने सुखा खोकीमा आराम गर्दछ।

८०/२. *कपाल दुखेमा*– आधा वा पूरा कपाल दुखेमा नौसादर र फिटकिरी एक एक ग्राम तीन तीन घण्टामा खाए आराम गर्दछ।

८१. *दाँत दुखेमा*– अलिकति नौसादर रुओमा हालेर दुखेको ठाउँमा राखिदिए दाँत दुखेको तत्काल आराम हुन्छ।

८२. *जरोमा*– तीन ग्राम नौसादर र चार दाना मरीच जाडो भएर आउने जरोमा एक घण्टा पहिले नै तातो पानीसित खाए कामजरो वा साधारण जरो आउन्न।

८३. *घाउ भएमा*– बीस ग्राम जति नौसादरमा त्यति नै पानी मिसाएर मलहम बनाई घाउमा राखिदिए आराम हुन्छ।

८४. *चोट लागेमा*– हाड भाँचिएको वा ठाउँ छोडेको स्थितिमा नौसादरको मलहम बनाई लेप गरेर टम्म बाँधिदिए आराम हुन्छ।

८५. *घाउ खटिरामा*– नीमको तेल लगाउनाले उपदंश (भिरुङ्गी) का घाउ, साना–ठूला फोडा, कहिल्यै नपुरिने सैन पल्टेको घाउ र कैंटे आदिमा शीघ्र लाभ हुन्छ। केही दिनसम्म नीमको तेल लगाउनुपर्दछ।

८६. *दादमा*– नीमको पात पिंधेर दहीमा मिलाई सेवन गरे दाद हराएर जान्छ।

८७. *आँखा दुखेमा*– नीमको कमलो पातको रस निचोरेर मनतातो

पारी जतातिरको आँखा दुखेको छ, त्यसको विपरीत अर्को कानमा चार थोपा चुहाइदिनाले आँखा दुखेको तीन मात्रामा आराम हुन्छ। अँ, दुवै आँखामा कष्ट भए दुवै कानमा हाल्नू।

८८. *दाँत दुखेमा*– कोइरालोको बोक्रा धुलो पारेर फिटकिरी र सीधेनून मिसाई दिनहुँ मंजन गर्नाले दाँत दुखेको, गीजा सुनिएको र पाइरिया भएर मुखबाट रगत वा गीजाबाट पीप बग्ने, सास गह्नाउने पनि आराम हुन्छ।

८९. *वमन, उल्टीमा*– कमलगट्टाको गुदी झिकेर गुलाबजलमा पिधी दुई ग्राम जति खाए हैजा लागेर अन्तिम अवस्थामा पुगिसकेको रोगीलाई पनि जीवनदान दिन्छ।

९०. *कान नसुन्नेमा*– मयूरको पंजालाई तोरीको तेलमा डढाएर त्यो तेल कानमा हाले कान सुन्न थाल्दछ।

९१. *आगोले पोलेमा*– पोलेको अङ्गमा दही लगाए पाँच मिनेटमै दाह शान्त हुन्छ र फोको पनि उठ्तैन ।

९२. *मूर्च्छामा*– असगन्ध पोलेर त्यसको धूवाँ रोगीको नाकमा दिनाले तत्काल होशमा आउँदछ।

९३. *जुम्रा परेमा*– कोइला (गोल) को धूलो पानीमा घोलेर कपालमा दली–दली लगाएर एक घण्टापछि नुहाए सबै जुम्रा मर्दछन् ।

९४. *आधा कपाल दुखेमा*– पानीमा हींग घोलेर जता दुखेको छ, उतैतिरको नाकको प्वालमा सुर्कन (तान्न) लगाए तत्काल आराम हुन्छ।

९५. *कपाल खुइलिएमा*– हात्तीको दाँत पोलेको धूलो तोरीको तेलमा मिसाएर केही दिनसम्म लगाउने गरे फेरि कपाल उम्रन्छ।

९६. *स्वप्नदोषमा*– अमलाको चूर्ण एक तोला पानीसित दस पन्ध्र दिन सेवन गरे स्वप्नदोष निको हुन्छ।

९७. *पिशब रोकिएमा*– जबाखार र मिश्री दुइ–दुइ ग्राम मिसाएर पानीसित खाए पिशाब हुन्छ। इन्द्रियलाई एक छिनसम्म तातो वा चिसो पानीमा डुबाइराखे पनि पिशाब हुन्छ।

९८. *बहुमूत्रमा*– रिट्ठाको गुदी एक–एक ग्रामको मात्रा पारेर स्वच्छ पानीसित दुवै छाक खाने गरे सात दिनमा आराम हुन्छ।

९९. *पथरी भएमा*– एरण्ड (अण्डी) र खरबूजाको जरो पिधेर एक गिलास शर्बत झैं पिउने गरे पन्ध्र बीस दिनमा आराम हुन्छ।

१००. *वात–व्याधिमा*– ताछेको लसुन पाँच केस्रालाई तिलको तेलमा पिधेर चटनी झैं चाटे उन्माद, धनुर्वात, सर्वाङ्गवात, गठियावात, सन्धिवात र चिसो लागेर आउने ज्वर–समेत आराम हुन्छ। यो प्रयोग गरिसकेको औषधि हो।

१०१. *काम जरोमा*– फुराएको फिटकिरी र गेरु एक–एक ग्राम, नौ दाना मरीच, नौसादर एक ग्राम सबै पिधेर भिन्नाभिन्नै पुरिया पुरिया बनाई जरो आउने एक घण्टा अगाडि चारै पुरिया पालैसित महमा मिसाएर खाए जरो थामिन्छ। अथवा अड़हुल (रातो फूलको पात) १० ग्राम र तीन ग्राम गुर्जो मिसाएर जरो आउने समयभन्दा पहिले आधा–आधा घण्टामा दुइपल्ट दिए जरो थामिन्छ। अथवा चौलाई (लुँडे) को सागको जरा साँझमा निम्ता दिएर बिहान सबेरै उखेलेर ल्याई अलिकति शक्कर लिई हत्केलामा माडेर खान दिनू। यस प्रयोगले पनि जरो रोकिन्छ, तर जरो आउने समय नटरेसम्म रोगीलाई पानी पनि दिनु हुँदैन। अथवा करंजका पातको चूर्ण चार–चार ग्राम जरो आउनुभन्दा पहिल्यै दिनाले जरो थामिन्छ।

१०२. *नदेखिने घाउमा*— जुन घाउ भित्रपट्टि हुन्छ; बाहिरबाट देखिन्न, त्यसमा कुमालेको भाँडा पोल्ने आँवाबाट डढेको माटो ल्याई त्यसमा तीन वर्ष पुरानो गुड (शक्कर) मिलाई सहँदो तातो पारेर बाँधिदिए तीन—चार दिनमा निको हुन्छ।

१०३. *रक्त—शुद्धिमा*— सनाइपत्ती र मेहदीको पात बराबर लिएर धूलो पारी चार—चार ग्राम दुवै छाक चिराइताको पानीसित खाए रक्त—शुद्धि हुन्छ र रक्त—विकार नष्ट भएर जान्छ।

१०४. *दादमा*— गोबरको रस दुई तोला, एक तोला मट्टीतेल, एक तोला प्याजको रस र तीन तोला कागती (नीबू) को रस, यी चारै वस्तु मिसाएर दाद बेसरी कन्याएर चार—पाँच दिन लगातार लगाए दाद समूल नष्ट हुन्छ।

१०५. *जलोदरमा*— तालमखानाको पातको रस ३०।३० ग्राम बिहान र बेलुका दुवै छाक पिउनू र पात पिंधेर पेटमा लेप जस्तो बाँध्ने गरे बिस्तार—बिस्तार पेटको पानी निस्केर आराम हुन्छ। पथ्यमा अन्न थोरै र दूध बर्ता दिए असल हो।

१०६. *दममा*— भाँगको पात २० ग्राम कुटेर २५ ग्राम कलमी सोडा पानीमा भिजाई त्यसैमा मिसाएर घाममा सुकाउनू। अनि एक ग्राम जति यूकेलिप्टस आयल मिलाएर राख्नू। त्यसबाट अलिकति लिएर चुरोट जस्तो बनाई अथवा तमाखु झैं चिलिममा राखेर पिउनू। धूवाँ भित्रपट्टि एकछिन रोक्तै छाड्दै गरे दमको प्रभाव तत्काल थामिन्छ।

१०७. *अर्को प्रयोग*— श्वास कुठार रस, लौहभस्म र अभ्रक भस्म एक एक ग्राम जति महमा मिलाएर चाट्नाले बिस्तार—बिस्तार लाभ हुन्छ र यो लाभ निकै दिनसम्म रहिरहन्छ। तर दम निकै बढेको बेला यसको प्रयोग गर्नु हुँदैन।

१०८. *भिरुङ्गीमा*– बेसार र बिरोजा समभाग लिएर पचास साठी ग्रामको मात्रा बेसारसित दिए एक सातामा निको हुन्छ। तर यस रोगको जरो कहिल्यै सफा हुँदैन। यसले सन्तानलाई पनि दुःख दिइरहन्छ।

१०९. *प्रदरमा*– शीशम (सिसौ) को मोटो पात छायामा सुकाएर धूलो पारी शीशीमा राख्नू। एक तोला धूलोमा दुइ तोला मिश्री; नपाए चीनी मिलाएर शर्बत बनाई एकसाता पिउनाले प्रदर (स्त्रीहरूको रोग) निको हुन्छ। मुख बार्नू थोरै खानू। प्रदरको यो अनुभव सिद्ध औषधि हो।

११०. *रुखा खोकीमा*– पचीस ग्राम गुड़ (शक्कर) र त्यति नै प्याज खानाले दुइ दिनमा निको हुन्छ। प्याज नखाने व्यक्तिले एक ग्राम हींग, एक ग्राम सुठो र एक ग्राम जेठीमधु मसिनो पिधेर महमा मिलाई चनाको दाना जत्रो गोली बनाई बिहान–बेलुका एकेक गोली तातो पानीसित खाने गरे तीन दिनमा आराम हुन्छ।

१११. *दादमा*– पीपरमेण्ट, नौसादर र पोटास तोरीको तेलमा मिलाएर लगाउने गरे साता दिनमा जस्तै पुरानो दाद पनि निको हुन्छ। अथवा सत्यानाशीको जरो ढुङ्गामा घोटेर तीन चारपल्ट लगाए दाद अवश्य निको हुन्छ र फेरि निस्कदैन।

११२. *जलोदरमा*– ऊँटको दूध पाँच तोलामा आधा तोला हर्रोको धूलो मिसाएर राती खाए प्रातः आराम हुन्छ। फेरि इन्द्रायणीको जरो पाँच ग्राम बिहान–बेलुका खानाले पखाला लाग्दछ र जलोदर निको हुन्छ।

११३. *कण्ठमालामा*– मूलाको बीज बाख्राको दूधमा घोटेर लेप गरे घाउ सुकेर जान्छ। अथवा शिरीषको बीज कुटेर कपड़छान गरी बीजको दोबर मह मिसाएर हाँडीमा हाली पालाले ढाकेर मुख बन्द गरी एक सातासम्म घाममा राखी सात दिनपछि झिकेर प्रतिदिन दस ग्राम खाने गर्नू। यसमा अमिलो पीरो र वादी बढ्ने

वस्तु खानु हुँदैन। यो तीन–चार साता सेवन गरे कण्ठमाला निको हुन्छ। यो अनुभव गरेको औषधि हो।

११४. *बच्चाको खोकीमा*– काकड़ासिंगीको धूलो तावामा नडढाई भुटेर महसित खान दिए लहरे खोकी समेत निको हुन्छ।

११५. *जिह्वास्तम्भ (जिब्रो लाटिनु)*– यसमा रोगीले बोल्न सक्तैन, केवल पिउने वस्तु खान सक्तछ, तर कडा, चपाएर खाने वस्तु केही पनि खान सक्तैन। यो वात–व्याधि हो। यसमा दुइ ग्राम जति हीङ तातो पानीसित खाए अवश्य आराम हुन्छ।

११६. *अध्यमान*– यसमा पेट सुनिएर गाग्रो झैं हुन्छ। यसलाई जलो–दर पनि भन्दछन्। यसमा मलद्धारमा पिचकारी (डूस) दिनू र पेट सफा गर्ने औषधि इसबगोल, अमलतास, अंडीरको तेल वा हीङ रोगीको उमेर अनुसार मात्रा मिलाएर दिए लाभ हुन्छ।

११७. *जभाईमा*– यस रोगमा बर्ता हाई हाई आइरहन्छ। अत: रोगीले सजिलो बिछौनामा सुत्नू। सिंधेनून, बिरेनून, सुठो, मरीच, ज्वानो र पिपला भिन्नाभिन्नै पिसेर कपड़छान गरी एकै ठाउँमा मिसाउनू र चिसो पानीसित खाए तुरुन्त हाई थामिन्छ। राम्रो चीयामा मरीच हालेर पकाई सेवन गरे पनि आराम हुन्छ।

११८. *विश्वाची (दुवै हात लामो पार्न र खुम्च्याउन नसक्नु)*–यस रोगमा सायंकाल खानेकुरा खाएर सुत्न आँटेपछि दशमूलको काढामा खरेटीको जरा र गाईको घिउ मिसाएर पिई आराम गरे तीन दिनमा निको हुन्छ।

११९. *प्रलापमा*– बर्ता जरो आएको बेला बरबराए–झैं बोलिरहने रोगलाई आयुर्वेदमा सन्निपात वा त्रिदोष भन्दछन्। चिसो लागेको पनि भनिन्छ। यसमा सिंधेनून मरीच पीपला र अमलवेत समान पारेर त्यो धूलो जिब्रोमा दल्नू त निको हुन्छ।

१२०. *रसज्ञान*– कुनै पनि खाएको वस्तुमा नुनिलो, अमिलो वा गुलियोको

ज्ञान नहुनु। यस रोगमा बिरेनून, सिंधेनून, सुठो, मरीच, पिपला बराबर पिंधेर चूर्ण बनाउनू र दिनमा तीन–चारपल्ट पाचक जस्तै खाने गरे आराम हुन्छ।

१२१. *गद्‌गदत्व (भकभके)*– यसमा बोली सफा र शुद्ध उच्चारण हुँदैन, नाके शब्द निस्कन्छ। यसलाई 'मुक्ता' पनि भन्दछन् । यसमा बेसार, बोझो, कूट, पिपला, सुठो, सेतो जीरा, ज्वानो, जेठीमधु, सिंधेनून समान मिलाएर कुटी कपड़छान गरेर शीशीमा राख्नू। प्रतिदिन गाईको घिउमा दुई ग्रामको मात्रा गरेर अलि–अलि चाटेर खानू। यसले स्मरणशक्ति बढ्दछ र भकभकाउने पनि निको हुन्छ। यसमा ब्राह्मीको चार–पाँच पात बिहानै उठेर खाने गरे पनि लाभ हुन्छ।

१२२. *बाहुशोध*– डॉक्टरहरू यस रोगलाई 'पोलियो' भन्दछन् । यो रोगले शरीरको दायाँ वा बायाँ एकातिर आक्रमण गर्दछ। आरम्भमा बर्ता दुख्दछ, तर पछि गएर त्यो अंग सुक्न थाल्दछ। त्यस अंगमा रक्त–संचार बन्द हुन्छ। यस रोगमा खरेटो अथवा बरियार जरा र पात पचास ग्राम जति आधा किलो पानीमा पकाई कपड़छान गरेर थोरै नून मिसाएर दिनहुँ पिउने गरे दुइ सातामा निको हुन्छ। रोग पुरानो भइसकेको भए निकै दिन खाइरहनुपर्दछ, अवश्य निको हुन्छ।

(क) हिङ हालेर कालो मासको दाल खाए पनि लाभ गर्दछ।
(ख) अदुवा र हींङ नहाली दाल सेवन गरे हानि हुन सक्तछ। तसर्थ, दुवै वस्तु हालेको कालो दालले निकै लाभ गर्दछ।

१२३. *हात खुट्टा मर्केमा*– कुनै पनि कारणवश हात खुट्टा मर्कियो भने 'मोच' भन्दछन् । यदि खुट्टा मर्कियो भने दुखेको खपेर बलपूर्वक पनि हिंड्नुपर्दछ। बर्ता दुखे लट्‌ठी लिएर हिंड्नु असल हो। मर्कनासाथ हिंड्‌दा रगत जम्न पाउन्न, नसाहरू पनि ठेगानमा

आउँछन् । मर्कियो भनेर बसिरह्यो भने रगत र नसा जाम हुन्छ र बर्ता दु:ख दिन्छ। हात मर्किए बराबर चलाइरहनू। यसको उपचारमा नून–पानी उमालेर थोरै मटितेल मिलाई तितेपातीको डुकु जम्मा गरी मुठा पारेर तातो पानीमा चोप्दै सेक्दै गरे आराम हुन्छ।

(क) भुइँचम्पा पिधेर बाँधिदिनू। लोटे घाँसको मुण्टो पिधेर मनतातो पारी बाँधिदिनू । मालिशको तेल, तारपीनको तेल, पेट्रोल, महा–नारायणी तेल र महाकाली तेलको मालिशले पनि आराम हुन्छ।

(ख) खुट्टा मर्कनासाथ नहिंडे नसा र रगत जम्दछ र बर्ता दु:ख दिन्छ। भकुण्डो आदि खेल्नेहरू खुट्टा मर्किए पनि दुखेको सहेर दगुर्दै रहन्छन्। केही कष्ट भए पनि छिटै आराम हुन्छ।

१२४. *पैताला पोल्नेमा*– यो रोग पित्तको दोषले हुन्छ र नारीहरूलाई श्वेत प्रदरले पैताला पोल्ने हुन्छ।

(क) यसमा गाईको घिउ पैतालामा दल्दै मन्द आगोमा सेकाउनु फाइदा हुन्छ। मुसुरीको दालमा अलिकति कपूर हाली पानीमा पिधेर त्यो पानी पैतालामा मालिश गरे–झैं दले एक सातामा निको हुन्छ।

(ख) स्त्रीको योनिबाट भातको माड जस्तै बाक्लो र सेतो पदार्थ बग्दछ भने प्रदरको उपचार गर्नू। प्रदरको उपचार यही पुस्तकको बीचमा कहीं छ।

१२५. *गुदा, लिङ्ग र योनि दुख्नु*– मूत्राशयबाट सीयोले घोचे–झैं दुख्ने भुँडीपट्टि जाँदै केही बिसेक भएर फेरि उसै गरी दुख्ने रोगलाई 'नुनी' र पेटतिरबाट माथि मूत्राशयतिर वा मलद्वारतिर दुख्दै जाने रोगलाई 'प्रतिनुनी' भन्दछन् ।

(क) *यस्ता रोगमा तेल*– घिउको पिचकारी (डूस) लगाउनु र तोरीको

तेलमा सिंधेनून मिलाएर पिउनू, हीङ खानू र जवाखार पानीसित खाए अवश्य आराम हुन्छ।

(ख) ग्यास्टिक चूर्ण र हीङ कपासमा भिजाएर मलद्वारमा राख्नाले आराम हुन्छ। केवल हीङ मात्र पानीले निले पनि निको हुन्छ।

१२६. *बहुमूत्रमा र पिशाब रोकिएमा–* यो रोगमा छिन–छिनमा पिशाब लागिरहन्छ। स्त्रीवर्गको 'सोम' जस्तै पिशाब आइरहन्छ, तर सोम रोग र पुरुषवर्गको बहुमूत्र रोगमा फरक छ।

(क) यस रोगमा त्रिफलाको चूर्ण दस ग्राम, लोहाभस्म आधा ग्राम र शुद्ध मह मिलाएर अलि–अलि चाट्ने गरे अवश्य लाभ हुन्छ।

(ख) अदुवाको रस वा सुठोको चूर्ण बीस ग्राम र त्यति नै चीनी मह मिलाएर खाए पनि बहुमूत्रमा लाभ हुन्छ।

(ग) लिंगबाट पिशाब आउने प्वालमा कपूरको धूलो सलेदोमा लपेटेर लगाइदिए पनि पिशाबको रोगमा लाभ हुन्छ।

(घ) मूसाको लिंड पानीमा पिधेर नाइटोभन्दा तल मूत्र–थैलीका स्थानमा लेप लगाइदिए साना बालक–बालिकाको रोकिएको पिशाब खुल्दछ।

(ङ) मूसाको लिंडमा कलमी सोडा मिलाएर नाभिमनि लेप लगाए पनि पिशाब खुलेर आराम हुन्छ।

(च) कालो तिल र चीनी मिलाएर खानाले छिन–छिनमा आइरहने पिशाब रोकिन्छ। यसले नारीवर्गको सोम–रोगमा पनि लाभ हुन्छ।

(छ) खरेटीको जरा धूलो पारेको र दालचीनी बराबर पिधेर मिश्री मिलाएर सेवन गरे अथवा गाईको दूधसित सेवन गरे बहुमूत्रमा लाभ गर्दछ। यसले छिन–छिनमा पिशाब आउने थामिन्छ।

(ज) मेथीको पातको रस प्रतिदिन पन्ध्र ग्रामको मात्रा र मेथीको पात गाईको घिउमा भुटेर खान दिए रगतमासी र बहुमूत्रमा लाभ हुन्छ।

१२७. *त्रिकशूलमा*– खुट्टाका दुवै हाड र ढाडको हाड जोरिएको स्थानलाई त्रिकशूल भनिन्छ। यो स्थानमा दुखेकोलाई ढाड दुखेको नभनेर त्रिकशूल भन्दछन्। यस रोगको आयुर्वेदिक औषधि– 'महानारायणी तेल' बजारमा अनेक कम्पनीहरूको पाइन्छ, वैद्यको सल्लाहले ल्याई मालिश गरे लाभ हुन्छ।

(क) यस रोगमा बालुवा तताएर सेकिदिए आराम हुन्छ। नाकमा नस लिएर छिँके पनि हुन्छ। यसमा पश्चिमोत्तानासन गरे अवश्य आराम हुन्छ।

(ख) यसमा सर्वाङ्ग बातरोग व आर्दित रोगमा बताए–झैं उपचार गरे लाभ हुन्छ।

(ग) दशमूलको काढा पकाएर प्रात: पिउनाले त्रिकशूल ढाड, मुटुको वायुविकार भएर दुखेको हो भने निको हुन्छ। काढा बिहान पकाइसकेको छोक्रा बेलुका फेरि पकाएर खाए पनि हुन्छ। यस रोगमा नरिवल खाने गरे पनि लाभ हुन्छ। शक्कर र नरिवल खानाले पनि ढाड दुखेको आराम हुन्छ।

(घ) कतिपय व्यक्तिहरूको भित्री गर्मीले पनि ढाड दुख्दछ। गर्मीले दुखेको भन्ने थाहा पाएपछि बिहानै उठेर पाँच–सात ग्राम जति धनियाँ बेसरी चपाएर टन्न पानी पिए लाभ गर्दछ। यस क्रियाले केही लाभ भएको ज्ञात भयो भने ठण्डा वस्तुको सेवन गर्ने गरे पनि निको हुन्छ।

(ङ) ढाड दुख्ने रोगीले प्राकृतिक उपचारमा हलासन वा पश्चिमोत्तानासन गरे निको हुन्छ।

१२८. *सर्वाङ्ग वातमा*– शरीरका सबै नसाहरू काम्न थाल्दछन् र जोर्नीहरूमा कष्ट बढ्दछ। यसमा मरीच, ज्वानो र अफीम मिलाएर तिलको तेलमा बेसरी घोट्नू र त्यही तेलले मालिश गरे लाभ हुन्छ। अथवा सय ग्राम लशुन मसिनु पिधेर सिंधेनून त्रिकूट साभर नून र हिङ सबै दस–दस ग्राम एकै ठाउँमा मिसाउनू र एरण्ड (अरण्डी) को जराको काढामा एक महीनासम्म सेवन गर्नाले सर्वाङ्ग वात निको हुन्छ। कम्मर ढाड दुखेको पनि ठीक हुन्छ। यस रोगका रोगीले आगोमा ढाड सेक्नु र दिसा बस्ता जति सकेको घोप्टिनु, सकेसम्म मलद्वार हेर्ने प्रयत्न गर्नु पनि राम्रो उपचार हो। नून भुटेर पोको पारी सेक्ने गरे पनि यस रोगमा लाभ हुन्छ।

१२९. *त्वक् शून्य*– यसमा स्पर्शज्ञान हुँदैन। कुनै पनि अंगमा छोए वा चिमोटे पनि थाहा हुँदैन। यस रोगमा कटेरीको रस बीस ग्राम र अदुवाको रस पनि बीस ग्राम, पचीस ग्राम मह मिलाएर तातो पार्नू। यो दस–ग्रामदेखि पन्ध्र ग्रामको मात्रा गरेर दिनमा तीनपल्ट खानाले आराम हुन्छ। कटेरी हिन्दी नाम हो। नेपालीमा नाम थाहा छैन, तापनि कसैले बोक्सी काँढ़ा र कचेडी वा कन्टकारी भनेको सुनिन्छ।

१३०. *कोष्ठगत वायुमा*– यस रोगमा पेटको वायु–विकार हुन्छ। यस रोगमा पाचन शक्ति बढ्ने औषधि सेवन गरे लाभ हुन्छ।

(क) बदामको तेल दस ग्राम र बीस ग्राम मह मिलाएर बिहान बेलुका खानू। अथवा हीङ एक ग्राम जति खाए पनि लाभ गर्दछ।

(ख) बीस ग्राम आँकको फूलमा पाँच ग्राम साँभर नून मिलाएर चार–पाँच दिन सेवन गरे निको हुन्छ।

(ग) वालबेल, गिलोय, देवदारु, सुठो सबै मिलाएर पचास ग्राम बनाई आधा किलो पानीमा काढा पकाएर सय ग्राम रहेपछि सेलाएर पिउनू, यसले पेटको विकार हराउँछ। अथवा खाना खाइसकेपछि हुने वायु–विकार भए बिहानै कास्टर आयल (रेडीको तेल) बीस ग्राम जति गाईको दूधसित पिए आराम हुन्छ। रेडीको तेल सोधेर सफा पारेको बजारमा किन्न पाइन्छ।

(घ) साभर नून र बिरेनून पचीस ग्राम जति पिधेर फाँको मारी तातो पानी पिए पनि जाति हुन्छ र एक्कासि दुखेको भए तत्काल निको हुन्छ।

(ङ) जंगी हर्रो, बिरेनून र सुठो दस–दस ग्राम मिसाएर पिध्नू र सय ग्राम तातो पानीसित खाए तुरुन्त फाइदा गर्दछ।

(च) मुटु करङ–भित्र, दुवै स्तनको माझमा दुख्दछ भने दस ग्राम आँकको फूलमा पाँच ग्राम साँभर नून मिलाएर खाए लाभ हुन्छ।

१३१. *वायु कुपित भएमा*– यदि मलद्वारमा वायु कुपित भएको छ भने अधोवायु रोकिन्छ। यसमा तिघ्रा, कम्मर, पिंडुला र दुवै कुम दुख्ने र पेट कराउँदै हुँडलिन्छ।

(क) यसमा अडीर (रेडी) को तेल सेवन गरे लाभ हुन्छ।

(ख) *लक्षण र प्रयोग*– श्वास बढ्ने, घरि–घरि मुटु दुख्यो भने मुटुमा वायुको प्रकोप भएछ भन्ने जान्नू। यसमा बिहानै तीन दाना मरिच र पाँच ग्राम गिलोय पिधेर तातो पानीसित खानू। त्यसले लाभ नभए देवदारु (गोब्रेसल्लो) र दस ग्राम सुठो पिंसेर तातो पानीसित खानू। फेरि मुटु–सम्बन्धी रोग अनेक थरिका हुन्छन्– यदि अनावश्यक डर अनुभव भए तित्रा, त्यो नपाए कुखुराको मासु झोल पारेर पकाई झोल मात्र पिउनू। हात–खुट्टाका औंलाबाट

दुख्तै आएर मूर्च्छा होला झैं भए चीयाको चम्चामा एक चम्चा राम्रो मह खाने गर्नू । नभए बिहान उठेर आधा किलो बासी पानी पिउने गर्नू। पेटमा जुका परेर पनि दुख्छ—त्यसमा जुकाको औषधि खानू। अन्य कुनै कारण हो भने प्रात: दुई किलोमीटर जति डुल्न जाने गरे अवश्य लाभ हुन्छ।

१३२. *कान—सम्बन्धी विकार र उपचार*— कानमा वायु विकार भए मानिस बहिरो हुन सक्तछ। वायु--विकारले अनेक थरिको ध्वनि (आवाज) आउँछ। कान दुख्ने, कराउने हुँदा झट्ट उपचार नगरे बहिरो हुइन्छ। उपचारमा बीस ग्राम लसुन पचीस ग्राम तेलमा डढाएर खरानी भएपछि तेल छानेर सहने तातो बनाएर कानमा दुइ--थोपा हाले आराम हुन्छ। अथवा कुनै वातनाशक तेल कानमा हाल्दा दस मिनट कान माथि पारेर पल्टिरहनू, त्यसपछि मात्र उठेर बीस पाइला जति हिड्नू। बर्ता कान कोट्ट्यायो वा कन्याइरह्यो भने पनि यो रोग हुन सक्तछ। यस्ता रोगीले कराएर लामो भाषण दिनु, चर्को स्वरले गीत गाउनु हुँदैन। स्त्री—प्रसंग त्याग्नु र ताजा चिसो पानी पिउनु अनि टोपी नलाएरै हिंड्ने गरे लाभ हुन्छ।

१३३. *सप्तधातुगत वायु—विकारका लक्षण र उपचार*—धातुगत विकार भयो भने छाला कालो भएर सीयोले घोचे—जस्तै—कष्ट हुन्छ। रगतमा वायु—विकार भए खानामा अरुचि, शरीरको रङ्ग बिग्रने आदि हुन्छ। मासुमा वायु विकार भए शरीर भारी र कसैले लौरोले हिर्काएझैं तथा देह अरट्ठ (कठोर) हुन्छ। बोसोमा वायु—विकार भए मासुमा भए जस्तै लक्षण हुन्छ, अनि अलि थोरै दुख्ने घाउ—खटिरा पनि हुन सक्तछ। हाड़मा वायु—विकार भए निद्रा घट्छ सारा शरीरको मासी र हाड दुख्न थाल्दछ। यसको

उपचारमा नसागत वायु–विकार भए राम्रो तेल मालिश गर्नू। छालामा वायु–विकार भए तेलमा अफीम मिलाएर मालिश गर्नू। रगतमा वायु–विकार भए शीतल वस्तुको लेप गरेर हल्का जुलाब लिनू। हाडमा वायु–विकार भए ऊनको लुगा लगाउनू।

१३४. *जोर्नी अथवा सन्धिगत वायु*– यसमा शरीरका जोर्नी जोर्नी; जस्तै–कुम, कुहुना, घुँडा आदि हाड जोरिएका स्थानमा दुख्ने भयो भने त्यसलाई 'सन्धिगत वायु–विकार' भन्दछन् ।

(क) इन्द्रायणको जरा दस ग्राम–पिप्ला दस ग्राम, बीस ग्राम शक्कर खानाले तीन चारपल्ट दिशा लाग्छ र रोग निको हुन्छ।

(ख) सुठो र गुग्गुल दस दस र बिउ चालीस ग्राम एकै ठाउँमा मिसाएर एक सातासम्म खाने गरे आराम हुन्छ।

(ग) बदामको तेलमा कपूर मिसाएर मालिश गरे पनि निको हुन्छ। अथवा योगराज गुग्गुल सेवन गरे केही दिनमा अवश्य आराम हुन्छ।

(घ) कालो धतूरोको पात, जरा र फल कुटेर एक किलो रस झिक्नू अनि तिल, तोरी र अलसीको तेल दुइ –दुइ सय ग्राम र पाए रेडीको तेल समेत त्यसैमा मिसाई मधुरो आगोमा पकाउनू। रस जति डढेर तेल मात्र शेष रहेपछि झिकेर लुगामा छानी सफा शीशामा राखी प्रतिदिन त्यही तेलले मालिश गरेर घाम वा आगोमा सेक्नू र ऊनी लुगाले बाँधे पनि हुन्छ। मुख्य कुरा, कुनै पनि रोग लागेको थाहा पाउना–साथ उपचार गर्न थाल्नुपर्दछ। आज–भोलि गरेर टार्दै गयो भने रोगले जरो जमाउँछ, अनि छिटो निको पार्न कठिन हुन्छ। कुनै पनि रोग लागेमा भूत–प्रेत र झार–फूकतिर नलागेर उचित उपचार गर्‍यो भने अवश्य आराम हुन्छ।

(ङ) खुट्टाको गाँठो पंजा जोडमा गर्मीले पनि दुख्दछ। त्यस्तो स्थितिमा मालिश नगरेर चिसो पानीको धारामा भिजाउनू अथवा छिन–छिनमा चिसो पानीले भिजाउँदै रहनू, सुक्न नदिनू, आराम हुन्छ।

(च) आधा किलो सुर्तीमा त्यति नै पानी हाली राती भिजाउनू। बिहान त्यही पानीमा आधा किलो एरण्ड र तिलको तेल मिलाई पकाउनू । पानी डढेपछि उतारेर छान्नू । त्यही तेलको मालिशले पनि आराम हुन्छ।

(छ) यौटा चमेरो मारेर तोरीको तेलमा डुबाई डढाउनू, त्यो चमेरो भस्म भएपछि तेल छानेर राख्नू र त्यही तेलले घाममा मालिश गर्नू।

(ज) अदुवाको रस र लसुन तोरीको तेलमा डढाएर त्यही तेलले मालिश गर्दै आगो वा घाममा सेकाए अवश्य आराम हुन्छ।

(झ) धतूरोको पातमा तेल लगाएर तातो पारी दुखेको अंगमा ऊनी वस्त्रले टम्म बाँधिदिए पनि आराम हुन्छ। अथवा ज्वानो पिधेर महमा मिलाई दुखेको स्थानमा राखेर टम्म लुगाले बाँधिदिए पनि आराम हुन्छ।

१३५. *रक्तवात*– लक्षण, यसमा बर्ता पसीना आउनु अथवा पसीना नै नआउनु, शरीर घट्तै जानु, छालामा स्पर्श–ज्ञान (शून्य) हुनु, सन्धिका जोर्नीहरूमा केही हतियारले काटे–जस्तो दुखेर पोल्नु, एकैछिन शान्त भएर फेरि हतियारले काटे–जस्तो दुखेर पोल्नु, एकैछिन शान्त भएर फेरि दुख्न थाल्नु इत्यादि हुन्छ।

(क) बाखीको दूध तथा गाईको घिउमा गहुँको पीठो मुछेर सहँदो तातो दुखेको स्थानमा थोपर्नू र लुगाले बाँधिदिनू।

(ख) अरण्डीको पात पिसेर तातो पारी लेप लगाउनू अथवा अलसी गाईको दूधमा पकाएर पुल्टिस झैं बाँधिदिनू आराम हुन्छ। गिलोयको रस पिए पनि लाभ हुन्छ।

(ग) हर्रोको चूर्ण गाईको ताजा महीसित सेवन गरे रक्तवातमा लाभ गर्दछ।

१३६. *ऊरुस्तम्भमा*— यस रोगमा तिघ्रा (फिला) नचल्ने वा काम नलाग्ने हुन्छ। यसमा चिमोटे पनि थाहा पाइन्न।

(क) सरस्यूँ वा तोरी महमा पिसेर मनतातो पारी तिघ्रामा मालिश गरिदिनू। अथवा धतुरोको पात महमा पिसेर मालिश गरे पनि हुन्छ।

(ख) सर्प बस्ने प्वालको माटो नीमको पात र तोरी मसिनू पिसेर मनतातो पारी तिघ्रामा लगाएर ऊनी लुगाले बेरिदिनू। अथवा पिपला–मूल महसित खाए लाभ हुन्छ।

(ग) गोमूत्रसित वा दशमूलको काढ़ासित शिलाजीत र गुग्गुल तथा पिपला, सुठो धूलो पारेर मिलाई खाने गरे पनि निको हुन्छ।

(घ) आँकको जरा गोमूत्रमा पिधेर लगाए पनि हुन्छ। यस रोगमा कफकारक वस्तु खानु हुँदैन।

१३७. *शूलमा*— यसको लक्षण हो फलामे सुइरो वा तीखो काँढाले घोचे–झैं हुनु। शूलवात, पित्त, कफ, अन्नद्रव, आमशूल आदि अनेक प्रकारले हुन्छ। वातज शूलमा तातो पानी हालेको बोतल वा हट ब्याग (तातो थैलो) आदिले सेकिदिनू आराम हुन्छ। पित्तजको शूलमा शीतल वस्तु र पाचन–शक्ति बढाउने चूर्ण वा पाचकहरूले लाभ हुन्छ। कफज शूलमा वमन र दिशा गराए लाभ हुन्छ।

(क) बीस ग्राम हिङ २० ग्राम सिंधेनून र १५० ग्राम तोरीको तेलमा २०० ग्राम गोमूत्र हालेर मधुरो आगोमा पकाउनू, तेल मात्र रहेपछि त्यही तेल पेट र नाभिमा लगाउने गरे वातज र कफज शूल आराम हुन्छ। अथवा तिल पानी र धानको भूस पिधेर तातो पारी पेटमा सेक्नू आराम हुन्छ।

(ख) हर्रो, बर्रो, अमलासित बराबर रायो मिसाएर पिसी कपड़छान गरेर पाँच ग्रामको मात्रा गरी घिउ र मह दुवै चीज केही थोरै

धेरै पारेर खानू। यसले सबै प्रकारको शूल निको हुन्छ (घिउ र मह समान पार्नु हुँदैन)।

(ग) हर्रोको धूलो दुई ग्राम, गाईको घिउ र गुड ५ ग्राम मिसाएर खानाले पनि शूल रोग आराम हुन्छ। अथवा सुठो, बिरेनून र हर्रो मसिनु पारेर पिश्री ५० ग्राम तातो पानीसित खाए आराम हुन्छ। एक दुइपल्ट दिशा लाग्यो भने नडराउनू !

(घ) ज्वानो, बिरेनून, हर्रो र सुठो समान–समान मिलाई चूर्ण बनाउनू। यो दिनको चार ग्राम जति तातो पानीसित खानाले शूल निको हुन्छ। अथवा त्रिफलाको चूर्णमा मिश्री मिलाएर प्रतिदिन चार–पाँच ग्राम सेवन गरे पनि शूल रोग आराम हुन्छ। अथवा वायुको प्रकोपले शूल भएको हो भने हिङ्ले शूल र पेट सुनिएको वा ढाडिएको वा अपच भए पनि आराम हुन्छ ।

(ङ) छिन–छिनमा उदर–पीड़ा (पेट–घोच्ने) जसलाई हामी गानो भन्दछौं, चार ग्राम अदुवाको रसमा २ ग्राम खाने सोडा र २ ग्राम मरीचको धूलो मिसाएर तातो पानीसित खाना–साथ निको हुन्छ। यसमा रोगीलाई उत्तानो सुताएर दुवै खुट्टा लमतन्न पारी नाइटोमा चार औंलाले बिस्तारै थिचे पेट–भित्र ढ्याक–ढ्याक हानेको थाहा पाइन्छ। रोगीलाई बर्ता दुखे पनि सहनै पर्दछ। थिचाइ अलि बढी भएपछि ढ्याक–ढ्याक थामिदै जान्छ। अनि रोगीको घाँटीमा अँगालो मारेर बिस्तारै उठाउनू । पेट थिचेको हात नहटाउनू। अनि खुट्टा खुम्चाएर दिशा बसेझैं टुक्रुक्क बसाल्नू र दुवै हातले अँगाल्न लगाउनू, च्यापु घुँडामा राखेर घोप्टो पार्न लगाई दस मिनेटसम्म त्यही स्थितिमा रहन दिनू। अनि तातो चीया वा तातो झोल पदार्थ खान दिनू अनि बिस्तार बिस्तार हिंडे पनि आराम

हुन्छ। यस प्रकारका रोगीले उत्तानो सुत्नु हुँदैन। ठीक नाभिमा दुख्यो भने मास्तिर नथिच्नू। पटुका वा कम्मरपेटी भए नाइटोभन्दा तल नै बाँध्नू, माथि हुँदैन। यस रोगमा टुक्रुक्क बसेर नाकले घुडा छुने प्रयत्न गरे पनि आराम हुन्छ।

(च) ज्यामीरको जरा पानीसित कुटेर छान्नू र त्यही झोल गाईको घिउसित खाए शूल निको हुन्छ। अथवा शूल रोगमा तीस ग्राम जति रक्सी पिए पनि लाभ हुन्छ, तर प्रतिदिन पिउनु हुँदैन। अथवा अमलाको रसमा चीनी मिलाएर अलि–अलि चाटे पित्तज शूलमा आराम गर्दछ। अथवा अमलाको रसमा मह मिलाएर खाए पनि निको हुन्छ। अथवा हर्रोको पाँच ग्राममा गुड़ (शक्कर) मिलाएर खाए पनि पित्तज शूल निको हुन्छ।

(छ) गर्भिणी महिलाको पेट दुखेमा तुलसीको पात पन्ध्र बीस र कालो नून अन्दाजी छः ग्राम, २ ग्राम हीङ, पिधेर दुइ–तीन मात्रा बनाई खान दिए आराम हुन्छ। अथवा हीङ र बिरेनून पेटमा घसिदिए पनि लाभ हुन्छ।

१३८. *शूलका लक्षणहरू*— वातज शूलमा करङ, पिठिउँ, कम्मर, मुटु, मूत्राशयमा सुइरोले घोचेझैं दुख्दछ। पित्तज शूल नाभिबाट आरम्भ हुन्छ र तिर्खा, जलन, मूर्च्छा बेहोशी हुन सक्दछ। कफज शूलमा बढी डकार आउनु, अरुचि, पेटमा दुःख हुनु आदि हुन्छ। आमज शूलमा बर्ता हाई आउनु, खोकी र बर्ता कफ निस्कनु, शरीर गह्रौं हुनु तथा पेटबाट आरम्भ भएर कोखा, मुटु र करङभित्र पनि दुख्ने आदि हुन सक्दछ। पाचन–शक्ति दुर्बल भएर दुखेकोलाई 'द्रवशूल' भन्दछन् । पेटको रोगमा बिखुवा पनि खान्छन्, यो राम्रो उपचार हो तापनि बिखुवा खाएपछि मात लाग्ने वस्तु (जाँड,

रक्सी, गाँजा, अफीम) आदि खायो भने तत्काल रोगीको मृत्यु हुन सक्दछ। थोरैमा पनि आठ घण्टा जति मात लाग्ने वस्तु नखानू।

१३९. *आमवातको लक्षण*– यो रोगमा क्रिया बिग्रनाले खाएको वस्तु रस बनेर रगतमा परिणत हुँदैन, अर्थात् रगत बन्न रोकिन्छ। यस रोगमा वायु जोर्नी (सन्धि) मा पसेर त्रिकस्थान दुख्नु, शरीर अरिठ्ठिनु, तिर्खा, अरुचि, आलस्य, शरीर गह्रौं भई खाएको नपच्नु, अङ्ग सुनिनु, घाँटी बांगिनु आदि हुन्छ। यस रोगमा छाड्ने–छेर्ने र पसीना निकाल्ने उपाय वा उपचार गर्नुपर्दछ।

(क) *उपचार*– दुखेको अङ्गमा बालुवा तताएर सेकिदिनू। अथवा सुठो र कचूर मसिनो पिधेर पुनर्नवाको जराको काढा पकाएर पाँच ग्राम मात्रा गरी माथिबाट त्यो काढा पिए आमवात, गठिया निश्चय आराम हुन्छ। अथवा पिपला मूल र दशमूलको काढा पिए पनि हुन्छ। अथवा सिउँडीको दूध र नून मिलाएर दुखेको स्थानमा लगाए पनि आमवातमा लाभ गर्दछ।

(ख) रेडीको तेलमा सुठो मिसाएर पिउनाले जसरी पखाला लागेको थामिन्छ, त्यसै गरी रेडीको तेलमा दूध मिसाई पिउनाले पखाला लाग्दछ र यही क्रियाले आमवातमा लाभ गर्दछ।

(ग) बच्चा जन्मिएपछि रगत सफा भएन भने रक्तज गानो भन्दछन्। यस्ता रोगीको गानोको उपचार झण्डै एक वर्षपछि गर्नू भन्ने चिकित्सा चन्द्रोदयमा प्रमाण दिएको छ। पहिले वमन (उल्टी) हुने औषधि दिनू अनि खारसित पकाएको घिउ पिउन दिनू अथवा रक्तगुल्म फुटेपछि रक्तप्रदरको उपचार गर्नू। उपचार यही पुस्तकको कुनै स्थानमा छ।

(घ) पाँच ग्राम अदुवाको रसमा खाने सोडा चार ग्राम मिलाएर खाए हिङ्गाष्टक चूर्ण अथवा अरू कुनै नपाए केवल हीङ मात्र खाए पनि लाभ गर्दछ।

१४०. *उदावर्तका लक्षणहरू*— दिशा—पिशाब, अधोवायु, हाईं, छिक्का, आँसु, उल्टी, डकार, वीर्य, भोक, प्यास, निद्रा र श्वास ती तेह्र थरिमा यौटा पनि रोक्नाले उदावर्त रोग हुन सक्तछ।

(क) मलको वेग रोक्नाले पेटमा अनेक विकारका साथै पाकस्थलीमा पीड़ा, अमिलो डकार आउनु आदि हुन्छ।

(ख) मूत्र (पिशाब)को वेग रोक्नाले मूत्राशयको थैलीमा कष्ट, लिङ्ग दुख्नु र पिशाब थोपा—थोपा चुहुनु—टाउको दुख्नु आदि रोग हुन सक्तछ। यो रोगमा पचीस ग्राम अंग्रेजी रक्सी, नपाए जस्तो अनुकूल पर्छ उस्तै— र पाँच ग्राम बिरेनून फेटेर खाए लाभ गर्दछ। अथवा सानू अलैंचीको धूलो दुई ग्राम पानी वा गाईको दूधमा मिलाएर खाए लाभ हुन्छ। अथवा काँक्रोको बीज र बोझो (मुलेठी) पानीमा वा दूधमा मिलाएर पिए आराम गर्दछ। अथवा ऊखूको रसमा गाईको दूध बराबर पारेर मिश्री मिलाई पिए पनि निको हुन्छ।

(ग) डकार, हाईं आदिको वेग रोक्नाले घाँटी घुमाउन नहुने र आँखा, कान, नाक दुख्न सक्तछ। पूरा टाउको र आधा कपाल दुख्ने, लकवा वा अनुहार बाङ्गिने हुन सक्तछ। यस रोगमा वात—नाशक औषधी वैद्यको सल्लाहले दिए बेस हुनेछ।

(घ) छिक्का र आँसुको वेग रोक्नाले पिनास वा आँखा दुख्ने हुन सक्तछ। यस रोगमा आँखामा पिपरमेंट हालेर आँसु बगाउने उपाय गरे लाभ हुन्छ। यस रोगमा रुघा लागेको बेला बाहेक अरू बेलाको छिक्का रोक्नु हुँदैन। यसमा कडा नस लिनु अथवा घामतिर फर्केर नाकमा लुगा वा सलेदो बनाएर नाकमा घुसारी

बलपूर्वक छींक निकाले आराम हुन्छ।

(ङ) छादलाई बलपूर्वक रोक्नाले अरुचि, शरीर पोल्ने, सूजन, शरीरमा राता–राता डाबर, जीउ चिलाइरहने आदि हुन सक्तछ। यसमा जवाखार र सिंधेनून समान भागमा पिधेर तोरीको तेलमा मिलाई मालिश गरे लाभ हुन्छ। यसमा जुलाब र तेल मालिश लाभदायक मानिन्छ। अथवा आधा किलो दूधमा डेढ किलो पानी मिलाएर पकाउनू। पानी सुकेर दूध मात्र रहेपछि त्यही दूध पिउनू।

(च) वीर्यजनित उदावर्तमा स्त्रीप्रसङ्ग गर्दा जाने वीर्यको वेग रोक्नाले पिशाब रोकिने, वीर्यमा पत्थरी र भगन्दर, बबासीर आदि रोग हुन सक्तछ । भिरुङ्गी (सुजाक) झैं अनेक रोग लाग्न सक्तछ । यो रोगमा चिसो पानीले स्नान गर्नु र तेल मालिस गर्नु लाभदायक हुन्छ।

(छ) *भोक प्यास रोक्दा हुने उदावर्त रोगमा*– छातीमा कष्ट, कान कम सुन्नु, अङ्ग गह्रौं हुनु, घाँटी र मुख सुक्नु, अरुचि आदि हुन सक्तछ। यसमा शीतल उपचार गर्दै चिसो वस्तु बढी खानाले लाभ हुन्छ।

(ज) *श्वास र निद्राको वेग रोक्दा हुने उदावर्तमा*– मुटु दुख्ने र मूर्च्छा पर्ने आदि हुन सक्तछ। साथै आँखा लट्ठिने तन्द्रा बढी हाइ आउने पनि हुन्छ। यसमा मिश्री मिलाएको तातो दूध पिउनू र चिन्ता त्यागेर निद्रा लिनू।

१४१. *प्लीहा (फियो) बढेमा*– यो रोग छातीको बायाँतिर कोखामा हुन्छ। यो बढ्यो भने शरीर दुर्बल, रगतको कमी, खाएको नपच्ने, मन्दज्वर र फियो बढेको स्थानमा दुख्ने हुन्छ।

(क) फियोमा दुख्छ भने तातो पानीको बोतलले सेकिदिनू । अथवा पिप्लाको धूलो बनाएर दूध वा गुडसित खानाले फियो जाती हुन्छ। अथवा बहेडा र बिरेनून समान मात्रामा मिलाएर धूलो

पारी तातो पानीसित खाए लाभ हुन्छ । अथवा पाकेको आँपको रसमा मह मिसाएर खाए पनि निको हुन्छ। अथवा आँकको पात पोलेर चूर्ण बनाई पाएसम्म पुरानो गुडमा मिलाई खानाले लाभ हुन्छ। चूर्ण पाँच ग्राम र गुड बीस ग्रामको मात्रा गर्नू।

(ख) पिपलामूल, लसुन, हर्रोको चूर्ण बनाएर सानो चम्चाको एक चम्मच खाएर गोमूत्र पिउनाले निको हुन्छ। अथवा नौसादर एक ग्रामदेखि तीन ग्रामसम्म पाकेको मेवा (पपीता) सित खानाले फियो निको हुन्छ। अथवा कागतीको रस बीस ग्राम र प्याजको रस पनि बीस ग्राम मिसाएर प्रतिदिन खानाले दुइ सातामा फियो निको हुन्छ।

(ग) रायो तीन भाग र फुराएको सोहागा एक भाग मिसाएर धूलो पार्नू र महसित अलि–अलि चाट्ने गरे फियो निको हुन्छ। साना बालकको फियो बढेमा दुइ दाना प्याज माला जस्तै धागोमा उनेर घाँटीमा लगाइदिए आराम हुन्छ।

१४२. *मूत्रकृच्छ्रको लक्षण*– यो रोगमा पिशाब गर्दा दुख्छ, पिशाब थोपा–थोपा गरेर चुहुन्छ, पिशाब गर्दा जलन हुन्छ र कसै–कसैलाई रगत मिसिएको पिशाब हुन्छ। नाभि–मुनि मूत्रनली वा तिघ्रा आदि दुख्नु यो रोगको मुख्य लक्षण हो।

(क) *उपचार*– यस रोगमा कुरकुरे झार पानीमा कुटेर मिश्री मिलाई पिउनू। सय ग्राम जति झार कुटेर एक गिलास पानी मिलाए हुन्छ। हिन्दीमा यसलाई 'सोम–कल्पलता' भन्दछन्। हाम्रो नेपालीमा कोही आँख्ले, बरकुले, खस्रो, रामटोक्रे पनि भन्दछन्। यसको पात हुँदैन। केही ठण्डास्थानमा हुन्छ। आँख्ला–आँख्ला जोरिएको हुनाले आँख्ले, फेदमा बरकुला झैं गेडा हुनाले बरकुले आदि

भन्दछन्। यो पिशाबको रोगमा उत्तम औषधि मानिन्छ।

(ख) राती शीतमा राखेको पानीमा दस ग्राम धनियाँ भिजाइराख्नू। बिहान छानेर मिश्रीसित पिउनू। अथवा इसबगोलको भूसी एक चम्चा बेलुका मिश्री मिसाएर एक गिलास पानीमा भिजाइराख्नू। बिहान उठ्नासाथ एक दाना कागती काटेर रस निचोरी शर्बत झैं फेटेर पिउनू। कागतीको बियाँ नखानू। यसरी पन्ध्र दिन सेवन गरे रोग सदाको निम्ति निको हुन्छ।

(ग) अलैंची (सुकुमेल) को तीन ग्राम चूर्णमा केराको बोट निचोरेर झिकेको पानी दुई सय ग्राममा मिश्री मिलाई शर्बत झैं पिए मूत्रकृच्छ्रमा लाभ गर्दछ। अथवा कोइरालोको पात दस ग्राम कुटेर एक गिलास पानीमा मिश्री मिलाएर पिए पनि आराम हुन्छ। अथवा शुद्ध शिलाजीत र मह मिलाएर खाने गरे शुक्रबाट उत्पन्न भएको मूत्रकृच्छ्रमा लाभ हुन्छ। पचीस ग्राम मह र दस ग्राम शिलाजीतको एक मात्रा बनाउनू। अथवा हींङ, घिउ र अलैचीको धूलो गाईको दूधमा मिलाएर खानाले गुदुलाई पनि आराम पार्छ र वीर्य जनित मूत्रकृच्छ निको हुन्छ ।

(घ) सानू अलैची हींङ र घिउ मिलाएर पिए वीर्य मिसिएर जाने पिशाबको रोगमा आराम गर्दछ। अथवा अलैंची, शिलाजीत, पिपला र पाखनभेदको चूर्ण बनाएर चौलानीसित सेवन गरे पन्ध्र–बीस दिनमा सबै प्रकारको मूत्रकृच्छ्र निको हुन्छ। अथवा अमलाका बियाँको चूर्ण दस ग्राममा बीस ग्राम गुड मिलाएर खानाले पुरानो भइसकेको मूत्रकृच्छ्र पनि निको हुन्छ। अथवा तरबूज (रातो) को दुइ सय ग्राम पानीमा दुइ ग्राम मिश्री मिलाएर

खाए लाभ गर्दछ। यो रामबाण र प्रयोग–सिद्ध औषधि हो।

(ङ) गाईको महीसित शुद्ध (सोधेको) गन्धक दुइ ग्राम जति खाने गरे छिटै आराम हुन्छ। अथवा खरेटीको जराको काढा पकाएर सय ग्राम दिनहुँ खाने गरे मूत्रकृच्छ्रमा लाभ गर्दछ। मदेशतिर यसलाई 'बरियार' भन्दछन्।

(च) काँक्रोको बियाँ, शिलाजीत र सेतो तिल पिधेर घिउ वा गाईको दूधमा मिलाएर पिउनाले मूत्रकृच्छ्रमा लाभ हुन्छ। अथवा पाखनभेदको रस वा सुकेको भए काढा पकाएर केही दिन सेवन गरे पिशाबको नलीमा पथरी भए पनि पगालेर निकालिदिन्छ। (यसलाई हिन्दीमा 'पाषाणभेद' भन्दछन्। यो झण्डै सात हजार फीटभन्दा पनि अग्लो पर्वतमा हुन्छ।)

(छ) सेतो कमलपुष्पको जरा तीन ग्राम, भुटेको जीराको धूलो दुई ग्राम र शक्कर पाँच ग्राम, घिउ चार ग्राम मिलाएर दुवै छाक खाने गरे मूत्रकृच्छ्रबाट मुक्ति पाइन्छ।

१४३. *मूत्राघात*– गाईले पिशाब गरे–झैं हुनु, थोरै–थोरै र अडिएर आउनु वा रोकिनु–यो यस रोगका लक्षण हुन्। यो रोग प्रमेहका रोगीलाई पनि हुन्छ।

(क) दुई ग्राम जति कलमी सोडा अमलाको पातको रसमा मिलाएर पिउनाले रोकिएको पिशाब खुल्दछ। अथवा गाईको घिउ, गुड र दूध फेटेर पिए तत्काल लाभ हुन्छ। अथवा मधुरशिखाको जरा चौलानीसित पिसेर पिउनू र गाईको दूधसित भात खाए मूत्राघात निको हुन्छ र रोकिएको पिशाब तत्काल खुल्दछ।

(ख) कचेराको पात पाँच ग्राम कुटेर रस झिकी मिश्री मिलाएर पिए

पिशाब गर्दा हुने दाह शान्त हुन्छ। अथवा कपूर धूलो पारेर धागोमा लटपटाई बत्ती जस्तो बनाउनू र मूत्र–नलीको प्वालमा कोचिदिनू, तुरुन्त पिशाब खुल्दछ । बत्ती नबनाएर केवल कपूर मात्रले यो प्रयोग गरे पनि लाभ हुन्छ । अथवा कोदोको जाँड पातलो पारेर पिउनाले पिशाब रोकिने र दाह हुने पनि शान्त हुन्छ।

१४४. *पथरी*– यसको लक्षण। वीर्य सुकेर मूत्र–मार्गमा ढुङ्गा झैं भएकोलाई 'वीर्य–पथरी' भन्दछन्। बढी कफले गर्दा पनि पथरी बन्न सक्दछ। पिशाबको नलीमा त्यो पथरी अड्कन्छ, अनि पिशाब रोकिन्छ र बढी कष्ट हुन थाल्दछ। ढुङ्गा हटेपछि मात्र शान्ति हुन्छ, नत्र हुँदैन। पिशाबमा खसी–बाखाको पिशाब झैं गन्ध आउँछ। मूत्राशयको पीडा निकै कठोर हुन्छ र पथरी ठूलो हुँदै जान्छ। डॉक्टरहरूले आपरेशनद्वारा झिकिदिन्छन्।

(क) अमलाको कमला पातहरूबाट तीन ग्राम रस झिकेर त्यति नै तिलको तेल मिलाएर पिउने गरे डरलाग्दो भइसकेको पथरी पनि आफैं गलेर जान्छ। अथवा कलमी सोडा, सुहागा र जवाखार समान मात्रामा मिलाई मसिनू पारेर पिधी तीन ग्रामको मात्रा गरी दिनमा तीनपल्ट चिसो पानीसित खाने गरे ढुङ्गा गलेर निस्कन्छ। अथवा कचेडाको पातको रसमा मह मिलाएर बीस–पचीस दिन खाए पथरी निको हुन्छ।

(ख) अंगूरका लहराको खार दुई ग्राम गोखरुको रसमा मह मिलाएर चाट्नाले पथरी आफै टुक्रिएर जान्छ। अथवा घरेलु काँक्रोको बीज पिसेर मिश्री मिलाई खाने गरे केही दिनमै पथरी निको हुन्छ। अथवा चौलाई (लुँडे) को साग खाने गरे पनि यस रोगमा निकै

लाभ हुन्छ। अथवा नीमको पातको खार दुई ग्राम बासी पानीसित प्रातः उठ्नासाथ खाने गरे पथरी पन्ध्र दिनमै बिलाएर जान्छ।

(ग) जवाखार र काँचो सुहागा दुइ–दुइ ग्राम पिधेर दुइ ग्राम गोखरुको रसमा मिसाई खानाले पनि पथरी निको हुन्छ। अथवा जंगली काँक्रोको जरा कुटेर त्यसको रस खानाले पथरी गलेर जान्छ। जंगली काँक्रोलाई हिन्दीमा 'अरण्य ककड़ी' भन्दछन्। बंगालमा यसको अचार पनि खान्छन्। यसको साटो घरेलु काँक्रोको जरा खानु हुँदैन।

१४५. *मुटुको कष्ट वा मुटु दुखेमा*– लक्षणः, यो रोग मुटुमा सीयोले घोचे–जस्तै दुख्दछ, केही वस्तुले काटे–झैं पनि अनुभव हुन्छ। यो रोग कृमि, कफ, वात र पित्तको दोषले उत्पन्न हुन्छ। वातले मुटु फाटे वा चिरे–झैं दुख्दछ। ग्लानि, प्यास, जलन, सीयोले घोचेझैं दुख्यो भने मूर्च्छा, बढी पसीना आयो र मुखबाट तातो बाफ निस्क्यो भने पित्तको विकार जान्नू। मुटु गह्रौं हुनु, बढी खकार निस्कनु, अरुचि अपच हुनु, मुख पग्लिदो भई–रहनु यस्तो भयो भने कफको प्रभाव जान्नू। वातले मुटु दुखेको रोगीलाई दूध–घिउ, माछा–मासु, अण्डा (फुल) दिनू। प्रथम खाना पच्ने र रगत बढ्ने आहार दिनू। पित्तले गर्दा मुटु दुखेको हो भने जेठीमधु (मुलेठी) को काढा पकाएर मह, गुड वा चीनी मिलाएर खान दिनू। यसमा छाद्ने र छेराउने औषधि दिए पनि हुन्छ। कफको कारणले यो रोग भएको हो भने रोगीलाई पसीना आउने औषधि वा तातो पानी पिउन दिए पनि लाभ गर्दछ। यसमा बोझो र नीमको काढा पकाएर दिए पनि हुन्छ।

१४६. *मुटु दुखेको उपचार –*

(क) पित्तको कारणले दुखेको भए मह र मिश्री मिलाएर मुनक्का–सित खानू।

(ख) हर्रोको धूलोमा मिश्री मिलाएर पानीसित खानू। अथवा मुलेठी र कुटकीको चूर्ण बनाएर तीन ग्रामको मात्रा गरी लगातार तीन मात्रा तातो पानीसित खानू। अथवा मुलेठी (जेठीमधु) को चूर्ण गाईको दूधमा पकाएर खानू। अथवा मृगको सींग डढाएको भस्म महसित खानू। अथवा असली मोती गुलाबजलसित खाए पनि आराम हुन्छ। अथवा मुलेठी, मिश्री र कुटकीको चूर्ण बनाएर तातो पानीसित खाए पनि निको हुन्छ।

(ग) अर्जुन वृक्षको बोक्रा गाईको दूधमा बेसरी पकाई मिश्री मिलाएर सेवन गरे सबै प्रकारको मुटुको व्यथामा लाभ हुन्छ। मदेशमा पाइने यो अर्जुन वृक्ष मुटुको रोगमा रामबाण जस्तै लाभदायक मानिएको छ। अथवा अर्जुन वृक्षको बोक्राको चूर्ण गुडको शर्बतसित खाए पनि लाभ हुन्छ। अथवा गाईको घिउ दुइ भाग, मह तीन भाग र दाख चार भाग मिलाएर दस ग्रामको मात्रा गरी गाईको दूधसित सेवन गरे केही दिनमा मुटुको रोगबाट मुक्ति पाउन सकिन्छ। अथवा पोहकर मूलको चूर्णमा उत्तम मह मिसाएर अलि अलि चाटे पनि मुटुको व्यथामा लाभ गर्दछ।

(घ) मुटुको व्यथामा– कतिलाई डर लाग्ने हुन्छ– यो व्यथामा 'म अहिल्यै मर्दछु कि, तत्काल केही भइहाल्छ कि, यो घर ढलेर अहिल्यै किच्ने हो कि' यस्तै अनेक थरिका डर–भय उत्पन्न हुन्छन्। यस्तो व्यथा मुटुको होइन कि दिमागी रोग हो। फेरि मुटु

र दिमागको सम्बन्ध हुनाले नै यस्तो डर लाग्ने व्यथा भएको हो। यसमा तित्रा अथवा कुखुराकै भए पनि मासु पकाएर पन्ध्र दिन जति खाने गरे निको हुन्छ।

(ङ) मुटु दुखेर रोगी आत्तिएको बेला तत्काल केही यत्न गर्न नपाएदेखि झट्ट काँचको कचौरामा काठ डढेको खरानी एक चम्चा जतिमा अलिकति नून र चीसो पानी हालेर चक्कु, कर्द, हँसिया वा कुनै फलामे वस्तुले दुइ मिनट जति चलाएर पिउन दिनू। यसमा एक चम्चा गाईको राम्रो घिउ खाए पनि दुख्न थामिन्छ। अथवा दुइ ग्राम हीङ पानीसित खाए पनि सुबिस्ता हुन्छ। मुख्य कुरा मुटुको व्यथामा तत्काल उपचार गर्नु उत्तम हो, नत्र रोगीलाई साह्रो हुन सक्तछ।

(च) कफले मुटु दुखेको हो भने अलैंची (सुकुमेल) अथवा पहाडको अलैंचीको दाना धूलो पारेर पिप्ला, नून र घिउ मिसाएर चाट्न दिनू। यो धूलो दुइ ग्रामदेखि पाँच ग्रामको मात्रा बनाएर दिए केही हानि हुँदैन। अथवा पिपला, अलैंचीको धूलो गाईको घिउसँग खाए पनि लाभ हुन्छ। अथवा कृमिको कारणले दुखेको हो भने जुकाको औषधि वा चूर्नाको औषधि (चूनको पानी) खाए पनि लाभ हुन्छ।

(छ) मुटुको व्यथामा साधारण नाडी ज्ञान हुनु आवश्यक छ। यस रोगमा रोगी नर्वस हुन्छन्। शरीरको सारा अङ्ग दुख्दछ र निकै लामू उकालोमा दगुरेर आएझैं शरीर लुलो हुन्छ। यस्तो भएमा आफ्नू नाडी आफैंले छामेर हेरे पनि ज्ञात हुन्छ। नाडीको गतिमा साना बालकको नाडी ८० देखि पचासपल्ट, युवकको ७० देखि

८० पल्ट र वृद्धको ७० देखि ७५ पल्ट प्रति–मिनट चल्नुपर्दछ। यदि साधारण अवस्थामा नाडीको गति एक सय वा त्यो–भन्दा पनि बढी चल्दछ भने गर्मीको कारणले रोग लागेको भन्ने जानी चीसो पानी र मह शर्बत जस्तै पिउनू। दिनहुँ राती राखेको एक गिलास बासी पानी पिउने गरे लाभ हुन्छ। यो प्रयोग सिद्ध औषधि हो। मानिसको अङ्गमा जति तातो (गर्मी) हुन्छ उति नाडीको गति बर्ता हुन्छ र जति सर्दी हुन्छ, उति नै नाडीको गति मन्द रहन्छ। साठी वर्षभन्दा बढीको नाडी ६४ देखि ७० सम्म र सानू बालकको नाडी सयपल्टसम्म चल्दछ। नाडी हेर्दा यही उमेर अनुसार हेरे उचित निर्णय गर्न सजिलो पर्दछ।

१४७. *मेदा रोगमा*– यसमा शरीरमा फोक्से मासु लाग्दछ र मोटो हुँदै जान्छ, तर बल कत्ति पनि हुँदैन। यसमा दुइ सय ग्राम गोमूत्रमा एक चम्चा मह मिलाएर एक महीना खाए शरीर बलियो र सुनिएको निको हुन्छ।

१४८. *शरीरबाट निस्कने दुर्गन्धमा*– यसमा पसीना गह्नाउँछ जा शरीरबाट एक प्रकारको दुर्गन्ध निस्कन्छ। यो रोगमा बेसार, गाईको दूधमा चन्दन झैं घोटेर लगाउने गरे दुर्गन्ध हराउँछ। अथवा हर्रोंको चूर्ण अंग्रेजी रक्सी वा महसित मिलाएर चाट्ने गरे शरीरबाट बढी पसीमा आउनेमा लाभ गर्दछ। अथवा पानीमा चून मिलाएर काखीमा लगाउने गरे काखीको गन्ध हराउँछ।

१४९. *उदर विकारमा*– सबै प्रकारका पेटको रोग धेरजसो मन्दाग्नि वा अजीर्ण हुनाले नै उत्पन्न हुन्छ। बोसोको प्रयोग बढी भयो भने यो रोगले छिटै हमला गर्दछ। अतः पेटको रोगबाट जोगिन थोरै

खानु र दिशा कब्ज हुन नदिनु नै पहिलो उपचार हो। बातले यो रोग उत्पन्न भएको भए हात–खुट्टा सुनिने, नाभि, कोखा, करङ–भित्र र पेट, कम्मर, ढाड दुख्ने, रुखा खोकी लाग्ने, दिशा रोकिने आदि अनेक उपद्रव हुन थाल्दछन्। उपचारमा २५० ग्राम गोमूत्रमा ५ ग्राम अण्डीको तेल मिलाएर खाना खाइसकेपछि पिउनू। अरण्डीलाई 'कस्टर आयल' भन्दछन्। सफा पारेको बजारमा किन्न पाइन्छ। सकेसम्म नसोधेको तेल प्रयोगमा नल्याउनू।

(क) त्रिफलाको काढामा गोमूत्र मिलाएर पिउनू। अथवा वातोदर रोगमा पुरानो घिउ घसेर सेकिदिनू। अथवा गाईको महीमा पिपलाको चूर्ण र सिंधेनून मिलाएर पिउनू।

(ख) पित्तोदर विकारमा जरो आउने, प्यास बर्ता लाग्ने हुन्छ। यसमा गाईको ताजा महीमा चीनी र मरीच मिलाएर पिए लाभ गर्दछ।

(ग) कफ उदर विकारमा– स्पर्शज्ञानमा कमी, निद्रा बढी लाग्ने, उल्टी आउने, शरीर सुस्त हुने, अरुचि, खोकी, आँखा र छालाको रंग सेतो हुने, पेट पानीले भिजे जस्तै अनुभव हुने इत्यादि लक्षण देखिन्छ। यसमा कुल्थी (गहत) पकाएर सुठो, मरीच र पिपलाको चूर्ण मिलाएर तातो पानीसित खाए लाभ हुन्छ।

(घ) गोमूत्रमा शुद्ध शिलाजीत मिलाएर खाने गरे उदर–पीडामा लाभ गर्दछ। अथवा फियो बढेर उदर–रोग भए पिपलाको धूलो गाईको दूधमा मिसाएर खाए लाभ हुन्छ। अथवा सुनिएको भए ताजा घिउ अदुवाको रसमा निकै बेर पकाउनू र घिउ मात्र रहेपछि त्यो घिउ उदर–विकारमा लाभ हुन्छ। अथवा घिउकुमारीको गुदीमा बेसार मिलाएर खाए निको हुन्छ। घिउकुमारीलाई 'ग्वारपाठा'

भन्दछन्। अंग सुनिएकोमा नून वर्जित छ।

१५०. *अङ्ग–सूजनमा–* वातको कारण सुनिएको भए एकै ठाउँमा अडिदैन, यता–उता भइरहन्छ। छाला पातलो भए– झैं अनुभव हुन्छ। छालाको रङ्ग रातो वा बढी कालो देखिन्छ। स्पर्शज्ञान घट्दछ, शरीर झम–झम गर्दछ, यो रोग कहिले बढे–झैं र कहिले आफैं घटे–झैं हुन्छ। विशेष दिउँसो बढ्ने र राती घट्ने हुन्छ।

(क) वातले सुनिएको छ भने कब्जीयत हुन्छ। यसमा अरीडको तेलमा गाईको दूध मिलाएर राती सुत्ने बेलामा खायो भने पेट साफ हुन्छ र रोग घट्तछ। केही दिनमा निको हुन्छ। दस ग्राम त्रिफलाको चूर्णमा गोमूत्र मिलाएर खाए रोग–मुक्त होइन्छ, अथवा दशमूलको काँढा पकाएर खाए रोगमुक्त होइन्छ। तर केही दिनसम्म लगातार सेवन गर्नुपर्दछ। वातले सुनिएको भए तोरीको तेलमा लसुन डढाएर त्यही तेल मालिश गरे आराम हुन्छ।

(ख) कफबाट अङ्ग सुनिएकोमा– निद्रा बर्ता लाग्ने, मुखबाट पानी आइरहने, खान मन नलाग्ने वा भोक मर्ने हुन्छ। उपचारमा हर्रो, बर्रो, अमला मिलाउनू र त्रिफलाको चूर्ण बनाउनू र गोमूत्रमा ५ ग्रामको मात्रा गरी दुवै छाक सेवन गरे केही दिनमै निको हुन्छ। अथवा हर्रोको चूर्ण गोमूत्रसित खाए पनि हुन्छ। अथवा चिराइतो, सुठो पानीमा पिधेर पाँच ग्रामको मात्रा गरी दुवै छाक तातो पानीसित खानू। अथवा अदुवाको रस पिएर दूधसित भात खानू। अथवा शुद्ध शिलाजीत त्रिफलाको काढासित खाए पनि निको हुन्छ। अथवा बेलको पात कुटेर निकालेको रस २५ग्रामको मात्रा गरेर खाए पनि लाभ हुन्छ।

(ग) *भलायोले सुनिएकोमा*— भैंसीको नौनी वा घिउले लाभ गर्दछ। भैंसीको गोबर निचोरेर झोल घसे पनि जाती गर्छ। पहाड़तिर भलायो उछ्रियो भने मीत लाउने चलन पिन छ। अथवा सिउँडीको पात कुटेर रस झिकी त्यही घस्ने गरे पनि सुनिएको घटेर जान्छ। अथवा परेवाको मासु तोरीको तेलमा पकाएर खाए पनि जाती हुन्छ। अथवा रातो पुनर्नवा या आँख्ले घाँसको रस दिनको पाँच–छ: ग्राम पिए पनि सुनिएको निको हुन्छ। सुनिने रोगमा नून खानु हुँदैन।

(घ) *अण्डकोष सुनिएमा*— बरको पात तातो घिउमा चोपेर ताततातै बाँधिदिए सुनिएको कम हुन्छ। अथवा इसबगोल पिधेर लगाउनाले अण्डकोष सुनिएको निको हुन्छ। अथवा बोझो र तोरी पिधेर लगाए पनि अण्डकोष सुनिएको हराउँछ। अथवा जीरा र मरीच पिधेर लगाए अण्डकोष चिलाउने हराउँछ। (जीरा र मरीच तीन दानाभन्दा बर्ता नहाल्नू।) अथवा अण्डकोष चिलाइरहन्छ भने शिरीषको बोक्रा कुटेर लगाए निको हुन्छ।

१५१. *गलफुला भएमा*— यो रोग घाँटीमा हुन्छ। यसलाई संस्कृतमा 'गलगण्ड' भन्दछन्। यसको उपचार पांग्रालाई कागतीको चूकमा घोटेर लगाउनू। यसमा कसैले मोसो, कसैले प्लास्टर र कसैले ढुङ्गामा हुने मानेको जरा घोटेर लगाउँछन्। यसमा जलकुम्भीका जरामा सिंधेनून र पिपला पिधेर लगाउनू। अथवा जायफल घोटेर लगाउनू। अथवा रातो एरण्डको जरा चौलानीमा घोटेर लगाए पनि गलफुला घटेर जान्छ। अथवा तीन ग्राम पिपला दस ग्राम महमा मिसाएर खानू। अथवा पचीस ग्राम जंगली कपासको जरा चौलानीमा पिधेर रोटी झैं बनाएर खानाले बर्ता लाभ हुन्छ।

१५२. *पोलेकोमा–* तेल, आगो, पानीले पोलेको वा डढेको उपचार–

(क) यदि पोलेको अङ्गमा फोका उठेको भए नफुटाउनू। बरु यौटा सियोमा धागो हाली मासुमा नघोच्ने गरी फोकामा सियो वारपार छिराइदिनू। धागो दुवैतिरबाट अलि–अलि छाडेर काटिदिनू। धागो फोकाको माझमा रहिरहे बिस्तार बिस्तार सुकेर फोका मासुमै मिल्छ र निको हुन्छ। धागो काट्दा फोकाको छाला तानिनु हुँदैन।

(ख) यदि थोरै पोलेको छ भने आलु कुटेर लगाइदिनू। आलु बेसरी पिधेर लगाए पनि हुन्छ, यसले जलन शान्त पारिदिन्छ। अथवा सुकेको सिउँड़ी डढाएर त्यसको खरानी बर्ता पोलेको अङ्गमा लगाइदिनु। त्यही खरानी पानीमा मिलाएर बाक्लो तुल्याई प्वाँखले लगाउनू। खरानी पातलो लुगामा हालेर पाउडर झैं सुस्त–सुस्त छरिदिए पनि हुन्छ।

(ग) यदि आँखामा सिउँडीको दूध परे गाईको घिउ लगाइदिनू। अथवा पोलेको घाउमा मरिसकेको चून पाउडर झैं छर्किदिनू। अथवा पोलेको फिटकिरी धूलो पारेर लगाए तेलले पोलेको निको हुन्छ। अथवा पोलेको अङ्गमा शुद्ध मह लगाए जलन तत्काल शान्त हुन्छ। अथवा दस ग्राम सोडा पचीस ग्राम पानीमा मिसाई पोल्नासाथ लगाए फोका उठ्दैन। सोडा नपाए नरिवलको तेल प्रयोग गरे पनि हुन्छ।

१५३. *करङ (पसली) दुखेमा–* करङको हाड दुख्यो भने घोडाको अगाडितिरको सोम (सोम घोडाको नाल ठोकेकोभन्दा अलि माथि केही स्थान हुन्छ, त्यसैलाई 'सोम' भन्दछन्) को अगाडिको चुच्चो–जहाँ रौं हुँदैन त्यस स्थानमा पांग्रा हुन्छ। त्यो नङले उप्काउँदा उप्कन्छ।

त्यही पांग्रा शनिवार उप्काएर राख्नुपर्दछ। केटा–केटी वा ठूलै मानिसको पनि करङ र छाती दुखेको बेलामा एक लाल अथवा पाँच ग्राम जतिको मात्रा तुल्याई तातो पानीमा घोटेर खान दिए तुरुन्त आराम भएको थाहा हुनेछ।

१५४. *लट्टिनेमा*– स–साना बालक– बालिका लट्टिने र खान–पिन छाडी तन्द्राको स्थितिमा हुन्छन्। त्यस्तो भयो भने घोडाको ताजा लिदी ल्याएर लुगामा हाली निचोरेर तीन–चार थोपा रसमा अलिकति मह मिसाएर खान दिए निको हुन्छ। एकैपल्टमा भएन भने तीनपल्ट यो प्रयोग गरे अवश्य लाभ हुन्छ। यस रोगलाई 'ममर्खा' पनि भन्दछन्। यो प्रयोग आइतवार, मङ्गलवार पारेर गरे अवश्य लाभ हुन्छ।

१५५. *कपाल दुखेमा*– सबै किसिमको कपाल दुखाइमा शिरोवस्तीले राम्रो लाभ गर्दछ। हर्रो, बर्रो, हलेदो, गुर्जो, चिराइतो र नीम यी सबैको सम भाग पारी काढा अष्टावशेष अर्थात् आठ भागको एक भाग शेष रहेपछि शीशीमा हाल्नू र चार–पाँच थोपा नाकमा हालिदिनाले तत्काल लाभ हुन्छ। अथवा चुत्रो, हलेदो, मजीठो, नीम, उशिर (खश), पैयूँ–यी सबै पानीमा घोटेर चन्दन जस्तै पारी निधार र कंचटमा लेप झैं लगाइदिनू त निको हुन्छ। अथवा नौसादर र चून बराबर पारी शीशीमा हाल्नू र एकैछिनपछि शीशी हल्लाएर सुँघ्नू। यसले पनि लाभ हुन्छ। अथवा मुचुकुन्द र श्रीखण्ड बराबर पारेर ढुङ्गामा घोटी निधार र कंचटमा लगाए लाभ हुन्छ। अथवा भैंसीको दूधमा सुठो घोटेर लगाए पनि फाइदा गर्दछ।

१५६. *रुघा बिग्रिएर पिनास भई कपाल दुखेमा–* कूट, अडीरको जरा र सुठो तीनै वस्तु महीमा घोटेर तातो पारी निधारमा लगाउनू, तुरुन्त लाभ हुन्छ।

१५७. *अर्धकपालीमा–* यो सूर्योदयदेखि बढ्दै जाने र दिउँसो बाह्र बजेपछि घट्तै जाने हुन्छ। यसमा बोझो र पिपला समान गरी धूलो पारेर नस लिनाले फाइदा गर्दछ। अथवा भृङ्गिराजको आलो रस र बाख्रीको दूध मिलाई घाममा तताउनू र तीन–चार थोपा कानमा चुहाइदिनू। अथवा चुह्लोको पोलिएको माटो र मरीच समभाग गरी धूलो पारेर नस लिनू। अथवा अपराजिता (योनि जस्तै फूल हुने लता) को बीज र जराको रस लिई नस हाल्नू। अथवा रातीगेडी र लेकपांग्रो दुवैमा पानी हालेर पिधी त्यो रसको नस लिए पनि निको हुन्छ। अथवा सुठो र गाईको दूध मिलाएर नस लिए पनि आराम गर्दछ। अथवा सिँहुँडीको दूधमा खुर्सानीको बीज पिंधेर कंचटमा लगाए पनि अर्धकपाली निको हुन्छ।

१५८. *दाद–दिनाई र लूतोमा–* अमला, सिहुँडीको दूध, सालधूप र घोडताप्रेको बीज यति पाँच वस्तु गाईको अमिलो महीमा पिधेर लेप लगाए दाद, दिनाई, लूतो (पाके र सुके) अति छिटै निको हुन्छ। अथवा मैनशील, सालधूप, मरीच, तिलको तेल र आँकको दूध–यी सबै समभाग गरी पिध्रेर मनतातो पारी लेप लगाए पनि लाभ हुन्छ। अथवा लेकपांग्रो, घोडताप्रे र कूट–यी तीन वस्तु बराबर लिई गाईको मूतमा पिधेर बेसरी दली–दली लेप झैं लगाए निको हुन्छ। अथवा बायविडङ्ग, घोडताप्रे, कूट, हलेदो, सिधेनून र सरस्यूँ यी सबै वस्तुलाई कागतीको रसमा पिंधेर लेप लगाए

आराम हुन्छ। अथवा दूभो, हर्रो, सिंधेनून, वनतुलसी र घोडताप्रे–यी सबै वस्तु भैंसीको अमिलो महीमा पिधेर लेप लगाए तीन दिनमै सबै दाद, दिनाई, लूतो निको हुन्छ। यी प्रयोग गरिसकेका औषधि हुन्।

लूतोको अर्को प्रयोग– २५० ग्राम करवीरको रस आधा किलो तोरीको तेलमा पकाई लगाए निको हुन्छ। अथवा सिन्दूर र मरीचको धूलो बराबर लिई भैंसीको ताजा नौनीमा मिसाई लेप गरिदिए आराम हुन्छ। अथवा करबीरको पात, सिप्लिकान, हलेदो, चितू, ध्वाँसो, मैनफल, मरीच, भोर्ला, आँकको दूध र सिहुँडीको दूध–यी सबै एकै ठाउँमा पिधेर मनतातो पारी लेप लगाए सबै प्रकारका दाद, दिनाई, लूतोमा लाभ गर्दछ।

१५९. *ओछ्यान मुत्नेमा*– यो पनि एक प्रकारको रोग हो। अतः यो रोगी सुत्ने बिछ्यौना–मुनिको माटो पोलेर घिउ–मह मिलाई एक साता चटायो भने निको हुनेछ। अथवा नीमको जरा कुटेर रस निकाली सुत्ने वेलामा खान दिनू। अथवा मासको दाल जत्रो दाना अफीम १५ दिन लगातार दिए निको हुन्छ। अफीम धेरै दिनसम्म दिनु हुँदैन, बानी परे हानि गर्दछ।

१६०. *गलगण्डमा*– धतूरोको पातको रसमा गोकुलधूप पिंधेर घाँटीमा लेप लगाए निको हुन्छ। अथवा सरस्यूँ, सोइजन (मुनगा) को बीज, सनको बीज, आलस (तीसी), जौ, मूलाको बीज–यति सबै वस्तु समभाग गरी गाईको अमिलो महीमा पिंधेर लेप लगाउने गरे अवश्य लाभ हुन्छ। अथवा पाकेर छिप्पिएको फर्सीको रसमा वायविडङ्ग र सिंधेनून मिलाई नाकमा चार–पाँच

थोपा एक साता हाल्ने गरे निको हुन्छ। अथवा काफलका बोक्राको मसिनो धूलो प्रतिदिन घाँटीमा दल्ने गरे पनि बढ्न सक्तैन। अथवा हर्रो, बर्रो अमला तीन भाग, सुठो, मरीच, पिपला ६ भाग र कोइरालोको बोक्रा १२ भाग दूधमा पकाएर छानी सोधेको गोकुल–धूप २१ भाग, मह ३० भाग–यति सबै वस्तु मिलाएर ठूलो मटर (केराउ) जस्तो गोली तातो पानीसित खाने गरे केही दिनमै समूल निको हुन्छ।

१६१. *पाण्डुरोगमा–* ठूलो हर्रो १० ग्राम, कुटकी १० ग्राम र बीस ग्राम गाईको गउँत तथा बीस ग्राम पानी मिलाएर तयार पारेको औषधि दुवै छाक १०ग्रामको मात्रा गरेर केही दिनसम्म लगातार खाए पाण्डुरोग आराम हुन्छ।

१६२. *मधुमेह र पत्थरीमा–* सिप्लीकानको बोक्राको काढा पकाएर २५ग्राम काढामा पचीस ग्राम पुरानू गुड़ मिलाई चालीस ग्रामको मात्रा पारी प्रातः, मध्याह्न र सायं तीनै छाक सेवन गरे मधुमेह, पत्थरी राम्ररी निको हुन्छ। काढा सकेसम्म एकैपल्ट पकाएर नराखे उत्तम हो। जतिपल्ट औषधि खाइन्छ उतिपल्ट ताजा काढा दिन सके विशेष लाभ हुन्छ।

१६३. *सुखण्डी (सुकेनास) मा–* गोरुको ताजा गोबर रोगी बालखको पिठिउँको मेरुदण्डमा एकक्षणसम्म मलेर मनतातो पानीको धारो पिठिउँमा दिनू। अनि स–साना काला–काला कीरा निस्कन्छन्। तिनलाई सानू चिमटाले टिपेर फाल्दै जानू। यो क्रिया रविवार र मङ्गलवार पारेर तीनपल्ट गरिदिए बालक निको हुन्छ।

१६४. *सर्पले टोकेमा–* आधा किलो गाईको दूधमा काँचो सात केस्रा

लसुन मिसाएर साँपले टोकेको मानिसलाई तुरुन्त खान दिनू। टोकेको धेरै समय बितिसकेको मानिसलाई भए यो प्रयोगले लाभ हुँदैन, किनकि विष सर्वाङ्गमा फैलिइसकेको हुन्छ।

१६५. *कान नसुन्नेमा–* प्याजको रस मनतातो पारेर दुइ–तीन थोपा दुखेको वा नसुन्ने भएकोमा कानमा हालिदिनू। यसले थोरै सुन्ने, कान कराउने र कान बग्ने पनि निको हुन्छ। यो प्रयोग दुइ–चार पटक गर्नुपर्दछ। अथवा इन्द्रायणको यौटा काँचो फल ल्याएर तिलको तेलमा पकाउनू र पाकेपछि तेल शीशीमा राखिछाड्नू। मौकामा यो तेलको दुइ–दुइ थोपा दुवै छाक कानमा हालिदिए बीस–पीचस दिनमा बहिरो व्यक्तिले सुन्न थाल्दछ। यसले कानका कीरा मर्दछन्। यो प्रयोग सिद्ध भइसकेको छ।

१६६. *आउँ रगत परेमा–* बयरको जरोबाट बोक्रा झिकेर तिल मिसाई पानीमा पिधेर ताजा गाईको दूधमा मह मिसाई एक गिलास मिश्री हालेको दूध पिएदेखि दिशामा रगत आउने थामिन्छ। कल्क दस ग्राम र दूध २०० ग्राम, मह दस ग्राम, त्यतिको एक मात्रा ठूला मानिसलाई। साना बालकलाई उमेर अनुसार घटाएर दिनू। यो दुवै छाक दिए तीन दिनमा रोग निको हुन्छ। यो अनुभूत प्रयोग शार्ङ्गधर संहितामा छ र सजिलो पनि छ।

१६७. *वात विकार–* छोडाएको लसुनको पोटीलाई तिलको तेल मिसाएर अचार जस्तै बनाई चाट्ने गरे– उन्माद आदि रोग, धनुवात, सर्वाङ्गवात, गठिया वात, सन्धिवात र चिसो लागेर आउने जरो समेत निको हुन्छ।

१६८. *कुकुर खोकीमा–* स–साना बालक–बालिकाको कुकुर खोकी

वा लहरे खोकीमा काकडासिंगी, अतीस, पीपल,जेठीमधु र बबूलको गूँद (दूध)– यति सबै समभाग लिएर धूलो पारी कपडछान गरी महमा मिसाएर गोली बनाउनू। छिन–छिनमा एकेक गोली चुसिरहनाले खोकी, लहरे खोकी, स–साना बालकको कुकुर खोकी सबै निको हुन्छ।

१६९. *साना शिशुको धनुर्वातमा*– आँखा छिटो–छिटो चारैतिर डुलाउने,कम्प हुने, शरीर अरद्‌ठ भएर धनुष झैं बंगिने रोगलाई धनुर्वात भन्दछन्। यो धेरजसो स–साना बालकलाई हुन्छ। यसमा बोझोलाई आमाको दूध वा गाईको दूधमा घोटेर चन्दन जस्तै बनाई अलि–अलि चटाइदिनू र तालु, नाभि, हत्केला र पैतालामा लगाइदिए तत्काल लाभ हुन्छ।

१७०. *अपस्मार (छारे रोग) मा*– अपराजिताको जरो रविवार, मङ्गलवार पारी खनेर ल्याउनू र काँचो धागोले बाँधेर दुवैतिरका कानमा बाँधिदिए अवश्य निको हुन्छ। यस रोगको रोगीलाई आगो पानी, भीर–पहरा, रूखमा चढ्ने र डरलाग्दो कुनै कुरा नगर्नू।

१७१. *आँखाको कष्टमा*– जौ र धनियाँ (मसलामा खाने) पिधेर पकाई पुल्टिस बनाएर आँखामा पट्टी जस्तो बाँधिदिनाले आँखाको परेला वा वरिपरि डिलमा सुनिएको र अन्य कष्ट; जस्तै–आँखा रातो भएको, पानी बग्ने र धमिलो देखिने समेत आराम हुन्छ। यो प्रयोग सिद्ध गरिएको छ।

१७२. *अतिसारमा*– पाँच–सात ग्राम धनियाँको गेडा भुटेर अलिकति चीनी वा मिश्री मिलाएर तातो पानीसित खाए पखाला लागेको थामिन्छ।

१७३. *जुका परेकोमा*– तीन ग्राम धनियाँको चूर्ण बनाई राम्रो अंग्रेजी रक्सीसित खाए पेटका जुका मर्छन् र कहिल्यै फेरि जुका पर्दैनन्।

१७४. *कपाल दुखेमा*– पाँच–पाँच ग्राम अमला र धनियाँ आधा किलो पानीमा राती भिजाउनू। प्रातः बेसरी पिसेर चीनी वा मिश्री मिलाएर शर्बत झैं एक साता पिए गर्मीबाट उत्पन्न भएको कपाल दुख्ने वा आधा कपाल दुख्ने पनि निको हुन्छ।

१७५. *कपाल खुइलिएर खल्वाट भएमा*– धनियाँको चूर्णकन चूक अमिलोमा मिसाएर कपाल उडेको भागमा लेप लगाए पुनः रौं उम्रन थाल्दछ। यो प्रयोग लगातार केही दिनसम्म गरिरहनुपर्दछ।

१७६. *उत्तेजनामा*– पाँच–सात ग्राम हरियो धनियाँको रस र निबूको रस मिलाएर पिए कामोत्तेजना घट्तछ। यो प्रयोग उमेरको अनुमान गरेर मात्र गर्नू। भर्खरको उमेरदारले यो प्रयोग नगर्नू।

१७७. *स्तन शिथिल भएमा*– मसला (गोरखमुण्डी) को पञ्चाङ्ग– हाँगा, पात, जरा, फल र फूल र पिपला बराबर पारी पानीमा बेसरी पिधेर त्यो लेदोको चार दोबर तिलको तेलमा, तेलको चार दोबर पानी हाली मधुरो आगोमा पकाउनू। पानी डढेर तेल मात्र शेष रहेपछि कपडछान गरी शीशीमा राख्नू। त्यो तेलमा सफा रुओ भिजाई स्तनमा बाँध्ने गरे केही दिनमा लत्रेको स्तन पनि साह्रो हुँदै आउँछ। त्यही तेल एक–दुइ थोपा नाकमा हाले नाक– सम्बन्धी सबै रोग निको हुन्छ।

१७८. *लिंग–शक्ति बलियो पार्नमा*– मसलाको पञ्चांगमा पानी हालेर बेसरी लेदो पारेर त्यसको चार दोबर तिलको तेल र तेलको चार दोबर पानी हालेर पकाउनू। यो तेल प्रतिदिन ५ ग्रामको दरले दुइ

महीना खानाले कामेन्द्रिय बलियो र बर्ता दह्रो हुन्छ र सम्भोगमा निकै बेर अडिन समर्थ हुन्छ। यसले नपुंसकता पनि हराउँछ।

१७९. *यौवन सुरक्षित राख्नमा–* मसला (गोरखमुण्डी)को पञ्चांग ल्याएर छायामा सुकाएर राख्नू । आवश्यकता अनुभव भएपछि त्यसको धूलो घिउमा भुटेर हलुवा झैं बनाएर केही दिनसम्म खाए यौवन सुरक्षित र स्थिर रहन्छ। दाँत फुक्लन्नन् र कपाल पनि उमेर नपुग्दै सेतो हुँदैन।

१८०. *शक्ति बढ़ाउनमा–* ८ ग्राम जति गोरखमुण्डीको पात र जरा पिधेर वर्षका बाह्र महीनामा वैशाख र ज्येष्ठमा महसँग, आषाढ़ र श्रावणमा मिश्रीको काढासित, भाद्र र आश्विनमा गाईको शुद्ध घिउसँग र कार्तिक र मार्गमा गाईको धारोष्ण दूधसित र पौष र माघमा गाईको महीसित, फाल्गुन र चैत्रमा शिखरनीसित खाने गरे दुर्बल व्यक्तिमा पनि काम–शक्ति तेज, बल–वीर्य बढ्दछ र शरीर निरोग रहन्छ।

१८१. *अजीर्ण वा अपचमा–* पचास ग्राम मही (मट्ठा) मा एकेक ग्राम नून–जीरा र दुइ ग्राम हीङ (गाईको घिउमा फुराएको अथवा झरिलो आगोमा फुराएको–मिसाएर शर्बत झैं पिउनाले अजीर्ण भएको निको हुन्छ। अजीर्ण ठीक नभएसम्म अलिकति पनि अन्न नखानू। खाएमा ठूलो हानि सम्भव छ ।

१८२. *संग्रहणीमा–* गाईको अमिलो महीमा १० ग्राम कालो मुसली पिसेर शर्बत झैं पिउनू । पथ्यमा–मही र पुरानो चामलको भात अलि गीलो पकाएर दिए पुरानू संग्रहणी पनि एक महीनामा आराम हुन्छ । महीमा २ ग्राम सुठो र पिपलाको चूर्ण हालेर पिए

पनि लाभ गर्दछ। अथवा १० ग्राम खरबूजाको बिउ पिधेर आधा किलो महीमा मिसाई पिउने गरे एक महीनामा संग्रहणी ठीक हुन्छ। हुन त यो रोग असाध्य हो तापनि औषधिले यसलाई साध्य तुल्याउँछ।

अर्को प्रयोग— ६ ग्राम चितुको जराको बोक्रा चूर्ण पारेर आधा किलो महीमा मिसाई खाए पनि एक महीनामा आराम हुन्छ।

१८३. *अतिसारमा*— २ ग्राम भुटेको जीराको धूलोमा आधा किलो गाईको ताजा मही मिलाएर पिउनाले अतिसारको दिसा थामिन्छ र लगातार चालीस दिन जति सेवन गरे अतिसार निको हुन्छ। अथवा दस ग्राम शुद्ध मह र २५० ग्राम गाईको मही पिए पनि छिटै आराम हुन्छ। अथवा मही र मिश्री मिलाएर भात खाने गरे पनि अतिसार ठीक हुन्छ।

१८४. *पिशाब रोकिएमा*— गाईको अलि बाक्लो महीमा चार–पाँच ग्राम जवाखार र मिश्री, चीनी वा शक्कर मिलाएर पिलाए रोकिएको पिशाब खुल्दछ। एक साता लगातार सेवन गरे रोग सदाको लागि निको हुन्छ।

१८५. *पिशाब पोल्नेमा*— शुद्ध गन्धक (सोधेर शुद्ध पारेको गन्धक चाहिन्छ, काँचो गन्धक खानु हुँदैन) तीन ग्राम गाईको महीमा मिसाई शर्बत झैं फेटेर पिउने गरे साता दिनमा पिशाब पोल्ने आराम हुन्छ।

१८६. *आधा कपाल दुखेमा*— प्रातः सूर्योदय हुनुभन्दा केही पहिले नै पुरानू चामलको भात गाईको महीसित खाए एक सातामा आधा कपाल दुखेको निको हुन्छ र फेरि कहिल्यै पनि दुख्दैन।

१८७. *कुष्ट रोगमा*– गाईको महीमा सहिजन (मुनगा) र चितूको बोक्रा बेसरी पिधेर बाक्लो भएपछि गलित कुष्टको घाउमा लगाइदिए केही दिनमा निको हुन्छ।

१८८. *नपुंसकतामा*– गाईको दूधमा शुद्ध मह दश ग्राम मिलाएर सारफेर गरी पिउने गरे नपुंसकता हराउँछ। वीर्यमा दोष भए त्यो पनि निको हुन्छ। यस रोगमा स्त्रीप्रसंग वर्जित छ। ब्रह्मचर्य पालन गर्न नसके रोग निको हुन सक्तैन। अथवा इन्द्रियमा सुपारी (अग्रभाग) जोगाएर मह दल्ने गरे नसा दुर्बल भएको फेरि दह्रो हुन्छ। अथवा सुँगुरको बोसो र मह मिसाई इन्द्रियमा बिस्तार–बिस्तार मालिश गर्ने गरे लिङ्गको शिथिलता नष्ट हुन्छ।

१८९. *प्रदर (प्रमेह) मा*– दस ग्राम अमलाको रस र दुइ ग्राम हलेदोको धूलोमा मह मिलाएर खाने गरे प्रमेह निको हुन्छ। यो एक महीना जति सेवन गर्नुपर्दछ। अथवा दस ग्राम अमलाको रस र दस ग्राम मह मिलाई अलि–अलि गरेर चाट्ने गरे प्रमेह निको हुन्छ। अथवा एक ग्राम शुद्ध शिलाजीत र दस ग्राम मह २१ दिनसम्म दुवै छाक खान दिए प्रमेह रोग निको हुन्छ। अथवा दस ग्राम सिमलको बोक्राबाट झिकेको रसमा मह मिलाएर दुइ ग्राम हलेदो हाली खाने गरे एक महीनामा प्रमेहबाट मुक्ति पाउन सकिन्छ। अथवा अमलाको रस र मिश्री दस–दस ग्राममा मह मिसाएर केही दिन सेवन गरे पुरुषको प्रमेह र नारीको प्रदर दुवै आराम हुन्छ। यी प्रयोगहरू सिद्ध छन्।

१९०. *आगो वा तातो पानीले पोलेमा*– पोलेको अङ्गमा तत्काल मह लगाइदिए दाह शान्त हुन्छ। घाउ निको नभएसम्म मह लगाउँदै–

रहनू। पोलेको घाउ निको भएपछि त्यस अंगको छाला सेतो हुन्छ। त्यो सेतो दागमा सफा रूओ महमा डुबाएर पट्टी बाँधिदिए केही दिनमा सेतो दाग हराएर छालाको रंग पहिलेको जस्तै हुन्छ।

१९१. *हाड़ भाँचिएमा*– हात–खुट्टा भाँचिएको भए पहिले लमतन्न पार्नू, खुम्च्याएर नराख्नू। अनि चोट–अनुसार लुगा महमा भिजाएर चोटमा राखी तल–माथि दुइटा स–साना काठ राखी बाँधिदिनू। यसैलाई काम्रो बाँधेको भन्दछन्। यसले भाँचिएको अङ्ग हल्लन पाउन्न र दुख्न कम हुन्छ। त्यसपछि चोटको गम्भीरता अनुसार घरैमा वा अस्पताल लगे पनि हुन्छ।

१९२. *दाँतको कष्टमा*– गिजा सुनिने र असमयमै दाँत झर्ने वा गिजाबाट पीप आई मुख र श्वास गह्नाउने भएमा प्रतिदिन तोरीको तेलमा मही मिलाएर कुल्ला गरे आराम हुन्छ।

१९३. *कान दुखेमा*– मनतातो पारेको मह दुइ थोपा कानमा हालिदिए दुखेको निको हुन्छ र कानमा खटिरा भए पनि निको हुन्छ।

१९४. *श्वास रोगका अनेक प्रयोग*– यो डरलाग्दो रोग हो तापनि यसको मुख्य औषधि वीर्य–रक्षा हो। जसको वीर्य पुष्ट र परिपक्व छ, उसलाई श्वासले दुःख दिन सक्तैन। भाँग, गाँजा, चरस, रक्सी, हिरोइन, कोकिन र धूम्रपान गर्ने व्यक्तिलाई श्वास रोगले अवश्य दुःख दिन्छ। यस रोगमा निम्नलिखित प्रयोगहरू लाभदायक हुन्छन् –

(क) आँपको काँचो पात छायामा सुकाएर धूम्रपान गर्नाले श्वास–कष्ट निवारण हुन्छ।

(ख) असुरोको पात सुकाएर चिलिममा हाली कक्कड़ झैं ताने श्वासको

वेग शान्त हुन्छ।

(ग) पाँच ग्राम इसबगोल (भूस होइन, दाना) सेवन गरे श्वास रोग निको हुन्छ।

(घ) जायफल र मह मिसाएर खानाले श्वासरोग आराम हुन्छ।

(ङ) जलकुम्भीको काढ़ा महीसित पिउनाले श्वासको वेग तत्काल घट्दछ।

(च) मरीच र श्रीखण्ड चन्दन तीन ग्राम र कुशको जरा घोटेर दुवै छाक सेवन गरे श्वासमा लाभ गर्दछ।

(छ) गुड़ र तोरीको तेल दिनहुँ बीस ग्राम खानाले श्वासरोग निको हुन्छ।

(ज) तोरीको तेलमा गेरु घोटेर कोखामा मालिश गरे पनि आराम हुन्छ।

(झ) सुठो र छोहराको चूर्ण पानमा हालेर चुसे पनि रोगबाट निवृत्त होइन्छ।

(ञ) जमालगोटाको बीज पोलेर पानमा हाली चुसे पनि हुन्छ।

(ट) कफजनित श्वासमा जाइपत्री खानाले लाभ हुन्छ।

(ठ) आलु थिचेर अदुवा र महसित खाए पनि लाभ हुन्छ।

(ड) धतूरोको पात छायामा सुकाएर त्यसैको धूम्रपान गरे पनि श्वास निको हुन्छ।

(ढ) मरीच र जवाखार महमा मिलाई चाट्नाले पनि आराम हुन्छ।

(ण) फुराएको फिटकिरीको चूर्ण महसित सेवन गरे पनि लाभ हुन्छ।

(त) अदुवाको रस र सहिजनको रस समान मिलाएर पिए पनि लाभ हुन्छ।

(थ) हर्रो र सुठोको चूर्ण पाँच ग्राम जति फाँको मारेर तातो पानी पिए पनि लाभ गर्दछ।

(द) शक्कर र महीसित दुइटा खुर्सानी सेवन गरे पनि लाभ हुन्छ।

(ध) घिउमा भाँग भुटेर मरीच र मिश्री मिलाई सेवन गरे श्वास रोग निको हुन्छ।

१९५. *खोकीमा*— नाक–मुखमा धूलो, धूवाँ पस्नाले; मल–मूत्र, छिक्का, डकार इन्द्रियका सामान्य क्रियाहरूको वेग रोक्नाले तथा खानेकुरामा पथ्यापथ्यको विचार नराख्नाले प्राणवायु दूषित भएर उदान वायुसित मिसिई कफ, पित्तयुक्त मुखबाट जुन ख्वाँ–ख्वाँको शब्द निस्कन्छ यही खोकीको रूप हो—
माधवनिदान (क) अजमोदाको रस पानमा हालेर चुस्नाले खोकी निको हुन्छ। ज्वानोलाई कत्थालाई चून नलगाएको सादा पानको पातमा राखेर चुसे पनि लाभ हुन्छ।

(ख) मह र भुटेको आलस (तीसी) को ६ ग्राम चूर्ण खाए पनि हुन्छ। आलसको पात पकाएर काढा पिए पनि खोकी जान्छ।

(ग) अतसीको चूर्ण र मह मिलाएर चाटे पनि खोकी हराउँछ।

(घ) दस ग्राम अदुवाको रस मह मिलाएर चाटे पनि लाभ हुन्छ। अथवा मिश्रीमा अमलाको धूलो मिलाएर चाटे पनि हुन्छ।

(ङ) आँकको चार–पाँच पात पोलेर त्यसको खरानी रातभरि पानीमा राखेर बिहान लुगाले छानी पिए पनि खोकी निको हुन्छ।

(च) तिलको तेलमा कपूर मिसाएर छातीमा बिस्तार–बिस्तार दल्नाले साना बच्चाको खोकीमा लाभ गर्दछ।

(छ) महमा जायफल मिसाएर खाए पनि कफजनित खोकी निको हुन्छ।

(ज) सुखा खोकीमा सोधेको कुचिला १ ग्राम महसित सेवन गरे लाभ गर्दछ। नसोधेको कुचिला खानु हुँदैन।

(झ) जलकुम्भीको चूर्ण र मिश्री पाँच–सात ग्राम खाएर त्यसमाथि दुइ घुट्का गुलाब जल पिउनाले खोकीमा लाभ गर्दछ।

(ञ) कुभिण्डोको जरा १० ग्राम खानाले पित्तजनित खोकी निको हुन्छ।

(ट) भुटेको कुल्थी (गहत) १० ग्राम महसित खानाले खोकी निको हुन्छ।

(ठ) कुलिंजनको धूलोलाई मह र अदुवाको रससित सेवन गरे खोकीमा लाभ गर्दछ।

(ड) कौडीको भस्म दुइ ग्राम पानमा खानाले पनि लाभ हुन्छ।

(ढ) दुइ ग्राम खयरसित बेसार र मिश्री मिसाई सेवन गरे पनि लाभ हुन्छ।

(ण) एक भाग पिपलाको चूर्णमा दुइ भाग शक्कर मिसाएर तातो पानीसित खाए सुखा खोकी निको हुन्छ।

(त) गुर्जोको रसमा पिपला र मह मिसाएर एक चम्चा जति सात दिन खानाले पुरानो खोकी पनि निको हुन्छ।

(थ) महसित चम्पाको बोक्राको ८ ग्राम चूर्ण सेवन गरे कफजनित खोकी निको हुन्छ।

(द) चिराइताको काढा पिउनाले अथवा शतावरी (कुरिलो), मिश्री र छोहोडा पानीमा पकाएर पिउनाले पुरानू खोकी पनि निको हुन्छ।

(ध) सुठोको धूलो, तुलसीपातको रस र मह समभाग लिई प्याजको रस मिसाएर सेवन गरे पुरानो खोकी पनि आराम हुन्छ।

१९६. *कृमिरोगमा*— अजीर्ण भएको बेलामा भोजन—गरिष्ट गर्ने आहार खाएर कुनै पनि परिश्रम नगर्ने, दिउँसो बर्ता सुत्ने, अनुचित आहार—विहारले पेटमा कृमिरोग उत्पन्न हुन्छ। त्यसको केही सरल उपचार हो—

(क) अडीर (रेडी) को यौटा पातको रस गुदद्वारमा तीन—चारपल्ट लगाउनाले पेटका कीरा आफैं निस्कन्छन्। अनि रेडीको १० ग्राम कमलो पात पिसेर पिउनाले कृमि पेटमै मर्छन् र दिशाबाट बगेर

जान्छन्।

(ख) वायविडङ्ग र करञ्जको भित्री गुदी बराबर लिएर चूर्ण बनाई तातो पानीसित सेवन गरे पेटका कीरा मर्दछन्। मात्रा पाँच–पाँच ग्रामको गरे हुन्छ।

(ग) गाजर काँचै खानाले पेटका कीरा मर्छन्।

(घ) चम्पाको रस १० ग्राम मह मिसाएर सेवन गर्नाले पेटका चुर्ना (कीरा) मर्दछन्।

(ङ) शताबरीको काढासित वायविडङ्गको चूर्ण १० ग्रामको मात्रा गरेर पिउने गरे पनि कृमि नाश भएर जान्छन्।

(च) साना बालकलाई चुर्ना परे पुदीनाको काढा पिउन दिनू।

(छ) धतूरोको पातको रस ७ ग्राम महसित खाने गरे एक सातामा पेटका कीरा सफा हुन्छन्।

(ज) नीमको तेल कपालमा लगाउनाले कपालका जुम्रा र स–साना कीरा स्वत: मर्दछन्।

(झ) नीमको कमलो पातको रस २०ग्राम मह मिसाएर चाट्ने गरे पेटका कीरा मर्दछन्।

(ञ) वायविडङ्ग (भाभीरंग), पित्तपापड़ाको काढासित खानाले पेटका कीरा मर्दछन्। वायविडङ्ग र परवर कुटेर झिकेको झोल तथा शुद्ध महसित खाए पनि जुका कीरा मर्दछन्।

(ट) पारिजातको पातको दस ग्राम रस पिए पनि जुकामा लाभ गर्दछ।

(ठ) कालो जीराको काँढ़ा पिए पनि लाभ हुन्छ।

(ड) गाईको अलि बाक्लो महीसित वायविडङ्गको धूलो खाए पनि आराम गर्दछ।

(ढ) नौनीसित ५ ग्राम सुपारीको चूर्ण खानाले पनि पेटका कीरा मर्दछन्।

(ण) काँचो बेसारको रस झिकेर दिनको पाँच ग्राम खाने गरे पनि पेटका कीरा मर्दछन्।

१९७. *क्षय (राजयक्ष्मा) मा–* यो निकै डरलाग्दो रोग हो। हाम्रा अनेक ऋषि–मुनिहरूले यसलाई क्षय, यक्ष्मा र राजरोगको नाम दिएका छन्। यो दिसा–पिशाबको वेग रोक्नाले र अतिमैथुन, उपवास, खेद, ईर्ष्या, शोक र धातुक्षय, धातुगत उदर ज्वर, विषम आहार–विहारले प्रकट हुन्छ। यसको उपचार निम्नलिखित छ –

(क) काकजंघाको चूर्ण बाख्रीको दूधसित सेवन गरे यक्ष्मा निको हुन्छ।

(ख) नौनी, शक्कर र मह सेवन गर्नेलाई यो रोगले छुन सक्तैन।

(ग) जेठीमधु र रक्तचन्दन दूधमा मिसाएर पिउनाले रगतको उल्टी (वमन) थामिन्छ।

(घ) नागवेलीको चूर्ण घिउ र महसित सेवन गरे क्षयरोग निको हुन्छ।

(ङ) परेवा, बाज र बाख्रीको मासु सुकाएर चूर्ण पारी बाख्रीको दूधसित सेवन गरे पुरानू भइसकेको यक्ष्मा पनि निको हुन्छ।

१९८. *अर्श (बवासीर) मा–* वातादि दोष, त्वचा मांसभेद र त्यस स्थानको रगत दूषित पारिदिन्छ, त्यसले गर्दा गुदामा अनेक थरिका आकृति हुने मासुका अंकुर उत्पन्न हुन्छन्। यही अंकुर अर्शरूपमा प्रकट हुन्छन्।

प्रत्येक व्यक्तिको गुदा बादुलो आकारको हुन्छ। त्यसमा तीन खण्ड हुन्छन्– यौटा तल, अर्को माझमा र यौटा माथि। पहिलो प्रवाहिनी माथिबाट मल निकालेर तल सार्दछ, माझको विसर्जनीले मल गुदाबाट

बाहिर झिकिदिन्छ र तलको संवरणीको मल र वायु निस्किसकेपछि गुदालाई जस्ताको तस्तै पहिले झैं तुल्याइदिन्छ। यिनै नली वा खण्डमा विकार उत्पन्न हुनुलाई 'बबासीर' भन्दछन्।

यो वास्तवमा छः प्रकारको हुन्छ, तर दुइटा नामले विशेषरूपमा जानिन्छ– पहिलो खूनी र अर्को वादी। यस रोगमा रोगीले खूब संयम नियम पालन गर्नुपर्दछ। अमिलो, पीरो र बढी वादी हुने वस्तुहरू हानिकारक हुन्छन्। बबासीरका रोगीले बिर्सेर पनि हानिकारक वस्तुको सेवन नगर्नू। अब केही साधारण उपचार लेखिन्छ।

(क) इन्द्रजौको काढा १०ग्रामको दरले एक महीना सेवन गरे बबासीर खूनी–वादी आराम हुन्छ। अथवा इन्द्रजौको चूर्ण र मह खाए पनि निको हुन्छ।

(ख) रातो कोइरालोको कोपिलाको चूर्ण ७ ग्राममा मह, मिश्री र नौनी मिसाएर सेवन गरे अर्श निको हुन्छ।

(ग) कुरैयाको बोक्रा कुटेर झिकेको झोल २० ग्राम पिउने गरे पनि दुवै थरि बबासीर निको हुन्छ।

(घ) दिनहुँ तीन ग्राम कुसुमको फूलको धूलो दहीमा फेटेर खानाले अर्श निको हुन्छ।

(ङ) शीतल जलमा गूलरको दूध मिलाएर पिउनाले खूनी अर्श हराएर जान्छ।

(च) सुकेको वा काँचो गूलरको फलमा मिश्री मिसाएर शर्बत पिउने गरे पनि लाभ हुन्छ।

(छ) कुभिण्डोको मुरब्बा सय ग्राम जति दिनहुं सेवन गरे एक महीनामा अर्श निको हुन्छ।

(ज) चितूको जरो पिधेर बबासीरमा लगाउनू र महीसित चितूको चूर्ण खाए पनि हुन्छ। प्रतिदिन छः ग्रामको दरले खानू।

(झ) चिसो पानीमा कालो तिल पिधेर खाने गरे पनि हुन्छ।

(ञ) गाईको दहीलाई बाक्लो मट्ठा बनाएर पिए पनि अर्श निको हुन्छ।

(ट) कागतीको तीन ग्राम रस मुखमा लिएर गाईको दूधले निले पनि लाभ हुन्छ।

(ठ) मिश्री र धनियाँको चूर्ण गाईको दूधमा पकाएर एक साता सेवन गर्नासाथ लाभ भएको थाहा हुन्छ।

(ड) तीन ग्राम नागकेशरसित नाशपातीको मुरब्बा खाए पनि हुन्छ।

(ढ) प्याजको रसमा मिश्री मिलाएर खाने गरे पनि निको हुन्छ।

(ण) गोरखमुण्डी (मसला) को चूर्ण दहीसित दिनको १० ग्राम खाने गरे पनि लाभ गर्दछ।

(त) गोरखमुण्डी चूर्णमा कपूर मिसाएर खाए अर्शको पीडा शान्त हुन्छ।

(थ) फुलगोभीको पात निचोरेर झोल झिकी अर्शमा लगाए तत्काल लाभ हुन्छ।

(द) कालो तिलको चूर्ण ६ ग्रामको दरले नौनी मिलाएर खाए पनि लाभ हुन्छ।

(ध) गुड मिसाएर मेथीको काढा पिउनाले रोग शान्त हुन्छ र दूधमा मेथी पकाएर २० ग्राम एक महीनासम्म खाए रोग निको हुन्छ।

(न) मालकागुनोको बीज पिधेर लेप गर्नाले अर्श निको हुन्छ।

१९९. *अतिसारमा*– वातादि दोषहरूले अग्नि दूषित भएपछि पाचनक्रिया बिग्रन्छ, अनि पानी जस्तै पातलो दिशा हुन थाल्दछ। अपानवायु पनि दूषित हुन्छ। अतिसार भएको बेला दोषहरू

निवारण गरेर पाचन क्रिया ठीक हुने यत्न गर्नु उचित हुन्छ। अतिसारको रोगीलाई गरिष्ट आहार, बर्ता जल सेवन, बढी घाम, व्यायाम, तेल, खुर्सानी, अमिलो आदिबाट जोगाउनुपर्दछ। तल यसका केही साधारण प्रयोगहरू दिइन्छन्–

(क) मखाना घिउमा भुटेर खाए अतिसारमा लाभ गर्दछ।

(ख) अम्बाको वृक्षको बोक्राको अथवा कमलो पात १० ग्राम जतिको काढा पिए पनि दिशा थामिन्छ।

(ग) इन्द्रजौको चूर्ण एक ग्राम महसित दिए साना बच्चाको अतिसार निको हुन्छ।

(घ) पाकेको बेलको गुदी र गुड़ चालीस ग्रामको स–साना गोली पारेर दिनमा चार–पाँच गोली खाने गरे रक्तातिसार निको हुन्छ।

(ङ) चिसो पानीमा ५ ग्राम गूलरको दूध मिसाएर पिए पनि रक्तातिसार नष्ट हुन्छ।

(च) बेलको गुदी वा मुरब्बामा ५ ग्राम दालचीनीको चूर्ण हालेर खाए पनि लाभ हुन्छ।

(छ) शक्करसित भुटेको धनियाँको चूर्ण सेवन गरे अतिसार निको हुन्छ।

(ज) धएँराको फूलको चूर्ण गाईको महीसित १० ग्रामको मात्रा गरेर खाने गरे अतिसारको दिशा थामिन्छ।

(झ) नागरमोथाको काढा २० ग्राम जति तीन–चार छाक सेवन गरे अतिसार निको हुन्छ।

(ञ) २० ग्राम नारङ्गीको रस सेवन गर्नाले पित्तातिसार ठीक हुन्छ।

(ट) बेलको गुदीमा नासपातीको रस मिलाएर पिउनाले रक्तातिसारमा रामबाण हुन्छ।

(ठ) काँचो पपीता उसिनेर बिरेनूनमा चोभेर खाए पनि लाभ हुन्छ।

(ड) बबूलको गूँद चूर्ण पारेर पाँच ग्रामको मात्रा बनाई एक सातासम्म दिनमा दुइ मात्रा सेवन गरे अतिसार अवश्य निको हुन्छ।

(ढ) ल्वाङ र बर्रोको बोक्रा पिधेर महसित चाटे पनि आराम हुन्छ।

(ण) बयरको काँढा पकाएर पिए पनि लाभ गर्दछ।

(त) सूँपको अर्कसित भाँगको चूर्ण दुइ ग्राम खाए पनि निको हुन्छ।

(थ) चिल्लो नहाली त्यसै भुटेको भाँगमा मह मिसाएर दिनको दुइ ग्राम खाने गरे पनि लाभ हुन्छ।

(द) काँचो शतावरीको रस गाईको दूधमा फेटेर पिए रक्तातिसार निको हुन्छ।

(ध) नौनी र साबूदाना मिसाएर चटाए साना बच्चाको अतिसारमा लाभ गर्दछ।

२००. *मधुमेहमा*— (क) बेलपत्रको रस १५देखि ३० मिलि ग्राम र एक चम्चा महसित दिनमा तीनपल्ट सेवन गरे लाभ हुन्छ।

(ख) ताजा गुर्जोको रस एक चम्चामा त्यति नै मह मिसाई तीनै छाक सेवन गर्नू।

(ग) मधुयष्टीको चूर्ण आधा चम्चामा एक चम्चा मह मिलाएर सेवन गर्नू।

(घ) पलाश–पुष्पको चूर्ण (धूलो) २५ ग्राम–सेक्रीन (एक प्रकारको चीनी) सित सेवन गर्नू।

(ङ) शतावरीको चूर्ण २०ग्राम गाईको दूधसित तीनै छाक सेवन गरे पनि लाभ हुन्छ।

(च) मेथी पिधेको धूलो ४–५ ग्रामको मात्रा गरी महसित सेवन गरे अवश्य लाभ हुन्छ।

(छ) जामुनोको बीजबाट गुदी झिकी चारदेखि ६ग्रामसम्मको मात्रा गरी दुई चम्चा महसित खाने गर्नू।

(ज) जयन्तीको काढा दिनमा तीनपल्ट ३० मिली ग्राम खाने गरे पनि लाभ हुन्छ।

(झ) शोधेको शुद्ध शिलाजीत एक ग्राम गाईको दूधसित दुइ छाक सेवन गरे लाभ हुन्छ। यी उपरोक्त सबै उपचार लगातार केही दिनसम्म गरिरहनुपर्दछ। दुइ–चार दिनमै लाभ भएन भनेर औषधि सेवन गर्न नछोड्नू।

२०१. *विसूचिका (हैजामा)* -- (क) अपामार्गको जरो पुदीनाको अर्कमा पिधेर दियो भने हैजाको दिसा थामिन्छ।

(ख) ज्वानोको सत, कपूर र पिपरमेण्ट– यी तीनै वस्तु यौटा शीशीमा हाली राख्नू। चाहिएको बेलामा पुदीनाको अर्क अथवा ल्वाङको काढामा दस–दस थोपा खान दिए हैजामा तत्काल लाभ हुन्छ।

(ग) ल्वाङको अर्क र पुदीनाको अर्क पिउन दिए पनि रोगीको दाह र प्यास शान्त हुन्छ।

(घ) यसमा अहिफेनासब (अफीमको आसव) बढी उपयोगी मानिएको छ।

(ङ) देवदारु, वच, कूट, हीङ र बिरेनून महीमा पिधेर रोगीको पेटमा लेप लगाइदिए पनि दिसा थामिन्छ र प्यास छटपटी हराउँछ।

२०२. *खोकीमा*– (क) कालो तुलसीको पात दस ग्राम पिधेर मनतातो पारेर खानाले छाती दुख्ने र रुघा–सम्बन्धी जरो समेतको खोकीमा लाभ गर्दछ।

(ख) तुलसीको रस दस ग्राम, मह त्यसको दोबर र पाँच ग्राम अदुवाको रस मिसाएर एक चम्चाको मात्रा गरी खानाले पुरानो खोकी र

ज्वर, समेत निको हुन्छ ।

(ग) तुलसीको सुकेको पात र मिश्री पाँच–पाँच ग्राम सेवन गर्नाले खोकी र घाँटी बसेको समेत आराम गर्दछ।

(घ) अदुवा र तुलसीको रस मिलाएर ठूलो चम्चाको एक चम्चा प्रतिदिन सेवन गरे खोकीमा आराम गर्दछ।

(ङ) तुलसीको मंजरी र अदुवाको रस एक ग्राममा मह मिसाएर दिनमा तीन छाक सेवन गरे कस्तै नयाँ वा पुरानो खोकी पनि आराम हुन्छ।

२०३. *कपाल खुइलिनेमा*– (क) कागतीको रसमा हरियो अमला पिसेर बाक्लो लेदो भएपछि कपालमा दल्नाले कपाल झर्न थामिन्छ र कपाल नरम, कालो र लामो पनि हुन्छ।

(ख) काटेको कागती कपालमा दलेर एक घण्टापछि स्नान गर्ने गरे पन्ध्र दिनमा कपाल झर्न रोकिएको थाहा हुन्छ।

(ग) चीनी र कागतीको रस फेटेर कपालको जरा–जरामा दल्नाले पनि कपालमा चाया परेको र कपाल झर्ने क्रम थामिन्छ, तर यो काम दस–बाह्र दिन लगातार गर्नुपर्दछ।

(घ) कागतीको झोलमा मुसुरी र रहरको दाल मिसाएर बराबर कपालमा लगाउनाले कपाल स्वच्छ र रौं नरम हुन्छ।

२०४. *धनुर्वातमा*– यस रोगको प्रभाव पर्नासाथ रोगी धनुष जस्तै बंगिएर भूमिमा लड्दछ। फेरि रोग हलुका हुनासाथ निरोगी स्थिति आउँछ अर्थात् हिड्न–डुल्न, खान–पानमा फरक पर्दैन। चार–पाँच आक्रमण भएपछि दुर्बल र असक्त हुन्छ। यसमा तुलसीको रस र लसुनको रस अनि प्याजको रस एकेक ग्राम मिसाई चार–चार घण्टामा तीन मात्रा खान दिए अवश्य निको हुन्छ।

२०५. *पारदबाट उत्पन्न वातमा–* राम्ररी पुट नपुगेको पारा अथवा लौहभस्म सेवन गर्नाले शरीरमा अनेक घाउ र रातो दाग (चक्की) निस्कने गर्दछ। यसमा उपचार गरेन भने महारोग पनि हुन सक्तछ। यसमा तुलसीको पातको काढा पकाएर बोतलमा हाली निकै बेर सेकेपछि पसीना आउँछ र केही दिन लगातार यो क्रम चलाए पारद–जनित वात रोग निको हुन्छ।

२०६. *गोरखमुण्डी (मसला) का विभिन्न प्रयोग* – (क) गाईको दूधसित केही दिनसम्म लगातार दुवै छाक यसको सेवन गरे प्रमेह र चित्तभ्रमित भएको आराम हुन्छ।

(ख) कागतीको रसमा मुसलीको चूर्ण मिलाएर लगातार सेवन गरे मृगी (मूर्च्छा) मा लाभ गर्दछ।

(ग) मसलाको चूर्ण चीनी वा मिश्रीसित दिए जलोदर (यो रोग राजरोग जस्तै हो) केही दिनमा अवश्य निरोग पार्दछ।

(घ) मसलाको चूर्ण बाखीको दहीसित सेवन गरे मृतवत्सा (बच्चा जन्मदै मर्दै भइरहने) रोग निको हुन्छ।

(ङ) मसलाको चूर्ण शीतमा राखेको बासी पानीसित सेवन गरे रक्तपित्त, बबासीर, भगन्दर, श्वास र ज्वर पनि आराम हुन्छ।

२०७. *उन्मादमा–* तीनदेखि छः ग्रामसम्म अपामार्गको जराको रस पिउनाले उन्माद र मुटु हल्लने रोगमा तत्काल फाइदा गर्दछ। यो प्रयोग सिद्ध औषधि हो।

२०८. *शिरोरोगमा–* अपामार्गको बीज धूलो पारेर नाकमा नस लिनाले कपाल दुख्ने पुरानो रोग, आधा कपाल दुख्ने, मस्तिष्कमा जडता आएको र मस्तिष्कमा कफ अडिएर हुने पीडा, मस्तिष्कमा

कुनै प्रकारका कृमि परेर दुख्ने इत्यादि रोगमा यसले अवश्य लाभ गर्दछ । कफ पातलो भएर निस्कन्छ र कीराहरू पनि स्वतः मरेर नष्ट हुन्छन्।

२०९. *कारबङ्कल (यसलाई सार्की खटिरा पनि भन्दछन्) मा–* हरियो धनियाँ कुटेको रस काँचकै बत्ताले बेसरी घोट्नू अनि त्यसमा गुलरोगनको तेल (यो बजारमा किन्न पाइन्छ) मिलाई परेबाको प्वाँखले लगाए पुरानो कारबङ्कल घाउ पनि निको हुन्छ। केही दिन लगातार दिनको तीनपल्ट लगाउनू।

२१०. *संग्रहणीमा–* (क) पाकेको केरा, पुनानू अमिली र मिश्री समभाग तुल्याएर सेवन गरे संग्रहणी निको हुन्छ।

(ख) चितूको जराको काढामा गाईको घिउ मिसाएर सेवन गरे संग्रहणीमा लाभ गर्दछ। दसदेखि असी ग्रामसम्मको मात्रा रोगीको अवस्था र बलाबल विचार गरेर दिनू।

(ग) काँचो केरा उसिनेर त्यसको गुदी पीठोमा मिसाएर रोटी पकाई दहीसित सेवन गरे ग्रहणी निको हुन्छ।

(घ) तीन तोला प्रतिदिन सुगन्धवालाको काढा पिउने गरे पनि संग्रहणीमा लाभ हुन्छ।

(ङ) कौडी पोलेको खरानी २ ग्राम सुठोको चूर्णसित सेवन गरे पनि संग्रहणी निको हुन्छ।

(च) सुठो र पिपलाको चूर्ण गाईको महीमा मिसाएर पिउनाले ग्रहणीमा लाभ गर्दछ।

(छ) सेतो मुसलीको चूर्ण महीमा मिसाएर पिए पनि संग्रहणीमा लाभ हुन्छ।

(ज) भुटेको मेथीसित नौ ग्राम अमलाको कमलो पात पिधेर पिउने गरे

अवश्य लाभ हुन्छ।

२११. *तक्रारिष्ट*— अमला, ज्वानो, हर्रों र मरीच प्रत्येक तीस ग्राम र पाँचै थरीको नून पच्चीस ग्राम मिसाएर पाँच सेर महीमा मिलाई चार दिन यौटा सफा भाँडोमा राख्नू । यसैलाई 'तक्रारिष्ट' भन्दछन्। यो दस ग्राम सेवन गरे अनेक उपद्रव समेत संग्रहणी रोग निको हुन्छ।

२१२. *शक्ति बढाउनमा*— असगन्धको चूर्ण फाँको मारेर आधा सेर गाईको दूध पिउने गरे एक महीनामै बूढोले पनि युवक झैं काम गर्न थाल्दछ अर्थात् उसको स्फूर्ति र साहस बढ्दछ।

२१३. *मात ओह्राल्नमा*— काँढा भएको चौलाई (लुँडे) को सागमा नौसादर मिसाएर पिउनाले सबै प्रकारको नशा (मात) उत्रन्छ।

२१४. *बुद्धि तिखार्नमा*— दस ग्राम ब्राह्मीमा दस दाना मरीच पिसेर चिसो पानीसित पिउनाले बुद्धि तीव्र हुन्छ। मन्दबुद्धिका र स–साना बालक–बालिकाको निम्ति यो प्रयोग अचूक मानिएको छ।

२१५. *वीर्य–वृद्धिमा*— सिंगाडा वा मखानाको हलुवा लगातार एक–दुइ महीनासम्म खाएर गाईको दूध पिउने गरे वीर्य–वृद्धि हुन्छ र शरीरमा ताकत बढ्दछ।

२१६. *आधा कपाल दुखेमा*— पिपला–मूलको चूर्ण दुइ ग्राम जति आधा–आधा घण्टामा तीनपल्ट चिसो पानीसित खान दिए आधा कपाल दुखेको वा शिर:पीडा स्वत: हराएर जान्छ।

२१७. *घाउ सुकाउनमा*— आँकको पात छायामा सुकाएर माटाको भाँडोमा हाली आगोमा पोल्नू र त्यही खरानी घाउमा छर्किदियो भने कस्तै पुरानू घाउ पनि स्वत: सुकेर जान्छ।

२१८. *रुघा लागेमा–* (क) एक रातीगेडी जति नौसादर त्यति नै पिपलाको धूलो पिधेर कालो तुलसीको पातको रससित मनतातो पारेर खान दिए–साना बालकको जरो समेत रुघा निको हुन्छ।

(ख) बच्चाको छातीमा कफ जमेको भए सेतो प्याजमा तोरीको तेल हालेर पकाउनू र त्यही तेल छातीमा बिस्तार–बिस्तार मलिदिनू।

(ग) अदुवाको रस तेलमा डढाएर मालिश गरिदिए पनि हुन्छ, तर मालिश हलुका हातले गर्नुपर्छ, बर्ता दल्नु हुँदैन। बोझो घोटेर आमाको दूधमा मिलाएर दिए पनि लाभ हुन्छ।

(घ) अदुवाको रस गाईको घिउमा पकाएर रस डढेर घिउ मात्र रहेपछि गाईको दूधमा मिश्री मिलाएर दिनको तीन चार मात्रा दिनू। यसले कुकुर–खोकीलाई पनि लाभ गर्दछ।

(ङ) सय ग्राम गाईको दूधमा त्यति नै पानी मिलाएर एक चम्चा गाईको घिउ मिसाई दिनको तीनपल्ट दिनाले बालकहरूको रुघा र खोकी लागेर जरो समेत आएको भए पनि जाति हुन्छ।

(च) हर्रोको बोक्रा र दारिमको बोक्रा मिलाएर काढा पकाउनू। लिटो जस्तो भएपछि पिपला पिधेर मिसाउनू। यो बालकको उमेर अनुसार अलि–अलि चटाउनाले रुघा, खोकी र जरो आएको समेत आराम हुन्छ।

२१९. *खोकीमा–* (क) रुघा लाग्दा खोकी पनि आउँछ। अत: आँकको पात पोलेर त्यसमा अलिकति नून मिसाई खान दिनू।

(ख) आँकको जरा पोलेर त्यसमा तीन ग्राम बिरेनून मिलाई चटाउनाले आराम हुन्छ।

(ग) अम्बालाई आलु जस्तै गरी आगोमा पोलेर नून मिलाई खान दिए

पनि लाभ गर्दछ।

(घ) पिपला र ठूलो अलैंची पिधेर पाँच ग्रामको मात्रा गरी शुद्ध मह मिलाएर दिनको चार–पाँचपल्ट चटाउने गरे खोकीमा लाभ हुन्छ।

(ङ) मुनक्काको बियाँ फालेर मह र मिश्री मिलाई चाट्ने गरे रुघा खोकीमा लाभ गर्दछ।

(च) रुघा लागेर घाँटी बसेको भए तोरीको दाना पानको रसमा पकाएर घाँटीमा झुण्ड्याउनू अथवा तातो पानीमा नून मिलाएर पिउनू।

२२०. *कपाल दुखेमा*– (क) रुघा लागेर कपाल गह्रौं भए अथवा कपाल दुखेको भए भुटेको मूँगको दाल अथवा भुटेको चना सुँघ्नू। भुटेको तातो चनाले निधार र कपाल सेक्नू। यसरी कपाल दुखेको निको हुन्छ।

(ख) पानमा खाने चून र नौसादर बलियो बिर्को भएको शीशीमा राख्नू। छिन–छिनमा बिर्को खोलेर शीशी–हल्लाई नाकले सुर्कनू–रुघा लागेर कपाल दुखेको भए निको हुन्छ।

(ग) कसैलाई भूत–प्रेत लागेर बौलाहा जस्तै भएको छ भने मुख थुनेर नाकमा बलपूर्वक सुँघाइ–दिनाले भूत–प्रेतको बाधा हराउँछ।

(घ) पुरानो रुघा बिग्रेर कपाल दुखेको भए त्रिफला र हर्रो, बर्रो, बहेडाको काढा पकाएर खान दिए निको हुन्छ।

(ङ) बर्ता खोकी लागेर टाउको दुखेको भए अडूसा (असुरो)को काढामा राम्रो मह मिलाएर सेवन गरे पनि हुन्छ।

(च) पुरानो खोकीमा दस ग्राम अजमोदा मसिनो पिसेर आँकको छिपिएर आफैं खसेको पातमा लगाउनू र फलामे तावामा राखेर माथिबाट थालले ढाकिदिनु र आगोमा बसाल्नू जब पूरा पात डढ्छ तब

त्यही खरानी दुई ग्रामको मात्रा गरेर चाट्ने गरे लाभ हुन्छ।

(छ) कसै–कसैको घाँटीमा खकार अड्केर 'घर–घर' गर्दछ भने यसमा राम्रो मह अलि–अलि चटाए कफ हराउँछ। घाँटीको नलीमा कफ जमेको रोगीलाई बचाउन कठिन पर्दछ। अत: झट्ट मह खान दिनू र मयूरको प्वाँख डढाएर खान दिए लाभ गर्दछ।

२२१. *दममा*– यो दमको रोग पाँच थरिको मानिन्छ, तर यहाँ सरल उपचार मात्र लेखिन्छ। सास बढ्ने रोग भएका रोगीलाई पानी बर्ता नदिनू। खानाको साथै पानी नपिएर एक घण्टापछि पिउनु असल हो। तातो पानी थोरै पिउनू, यस रोगमा तातो पानीले जाति गर्दैन। खोकी बर्ता भएर खकार बढी आउँछ भने अदुवाको रस ३ ग्राममा ५ ग्राम मह मिलाएर बिस्तार–बिस्तार चाटे लाभ गर्दछ। साना बालकहरूको निम्ति यो रामबाण जस्तै औषधि हो।

(क) पुरानू गुड़ दस ग्राम तोरीको तेलमा बेसरी फेटेर दुई महीना लगातार सेवन गरे रोग जरैबाट निको भएर जान्छ।

(ख) अरिठोको गुदी दस ग्राम एक महीनासम्म खानाले रोग निको हुन्छ।

(ग) बेल पातको र असुरोको रस पाँच–पाँच ग्राम र तोरीको तेल दस ग्राम मिसाएर लगातार दस दिन पिउनाले जस्तै सास बढ्ने रोग पनि पन्ध्र दिनमा आराम हुन्छ।

(घ) दशमूलको काढामा पोहरको चूर्ण मिलाएर खाए पनि रोग–मुक्त हुन सकिन्छ।

(ङ) आँकको पाकेको पात र पचीस दाना मरीच पिधेर रहरको दाल जत्रो गोली बनाउनू। बिहानै ठूलालाई ५गोली र सानालाई उमेर अनुसार एक गोलीसम्मको मात्रा दिनाले रोग मुक्त हुन्छ।

(च) फुराएको फिटकिरी बीस ग्राम र त्यति नै मिश्री वा चीनी मिसाएर दिनहुँ बिहान खाली पेटमा तीन ग्रामको मात्रा बनाई खाने गरे सास बढ्ने रोग निको हुन्छ।

(छ) बाहसिंगेको सीङ डढाएर खरानी बनाउनू र त्यो खरानी चार ग्राम जति मह मिसाएर खाने गर्नू। यसै क्रममा प्रतिदिन एक–एक ग्रामको दरले खरानी र मह बढाउँदै जानू। बाह्र दिनमा दस ग्राम जति बढाएर खानू। त्यसपछि मात्रा नबढाउनू, रोग स्वयं निको भएर जान्छ।

(ज) पिपला–मूलमा मह मिसाएर अलि–अलि चाट्नाले दमको रोगमा लाभ पर्दछ।

(झ) मरीच र बेसार (हल्दी) समान पिंधेर ३–३ ग्रामको मात्रामा मह र मिश्री मिलाएर खाने गरे सबै प्रकारको श्वास–सम्बन्धी रोगमा लाभ गर्दछ। यसले पेटको रोगलाई पनि लाभ गर्दछ। यो सास बढ्ने दमको रोगको सरल उपचार हो।

(ञ) नीमको दुइ–चारवटा पात पिंधेर मह मिलाई चाटेर चामलको चौलानी पिउनू, यसले अवश्य लाभ हुन्छ।

(ट) आँकको नरम–नरम पातको रस झिकेर त्यसमा जौ भिजाउनू र सुकाउनू अनि सातू जस्तो तुल्याई महसित खानाले रोग बढ्दैन र केही दिनमा निको हुन्छ।

(ठ) आँकको छिप्पिएर आफैं झरेका पात एक सेर जति ल्याएर त्यस पातको एकातिर खाने चून र अर्कोतिर सिंधेनून लगाएर छायामा सुकाउनू। अनि त्यो पात बिर्को भएको माटोको हाँडीमा हालेर हावा नछिर्ने गरी माटोले लिपिदिनू र सुकाइदिनू। त्यसमा

पनि हावा छिर्ने शंका भए फेरि माटो लगाइदिनू र फेरि सुकाउनू। अनि सुकेको गोबर (गुइँठा) अलि निकै थुपारेर हाँडीलाई माझमा राखी आगो बालिदिनू। सबै गोबर बलेर आगो निभेपछि हाँडी झिक्नू र सेलाएपछि हाँडीभित्रको खरानी झिक्नु, त्यसैलाई 'अर्कभस्म' भन्दछन्। यो एकेक ग्राम दिनहुँ खाने गरे श्वासको रोगमा लाभ गर्दछ।

(ड) कचेडाको दाना र अमला मिसाएर पिसी त्यसमा दुई ग्राम हीङ पनि मिलाएर चाट्नाले श्वास–क्रिया बढ्न पाउन्न, साधारण रहन्छ।

(ढ) तीन ग्राम सुहागा आगोमा फुराई त्यो फूल पिधेर चालीस ग्राम महमा मिलाएर राख्नू। प्रतिदिन तीन–तीन ग्रामको दरले बेलुका सुत्ने बेलामा चाट्ने गरे बीस दिनमा श्वास बढ्ने रोग आराम हुन्छ।

(ण) जायफलको बोक्राको रसमा मह मिलाएर खाने गरे साधारण श्वास बढेकोमा अवश्य लाभ गर्दछ।

(त) श्वासमा कचेडाको जरा २० ग्राम जति कुटेर २५० ग्राम पानीमा पकाउनू। एक भाग शेष रहेपछि निकालेर छान्नू। छोक्रा फालेर पिउनू। सम्भव भए त्यसमा एक चम्चा शुद्ध महमा त्यो पानी मिलाएर पिउनू, त्यो निर्धन व्यक्तिका लागि सरल औषधि हो, धेरै लाभ गर्दछ।

(थ) मयूरको प्वाँख डढाएर महसित खाए पनि श्वासमा लाभ हुन्छ।

(द) कुकुरे झार नेपालीमा यसलाई 'बरकुले झार' भन्दछन्। यो झार कुटेर एक चम्चा रसमा मह मिसाएर एक खोराक हुन्छ। यसै गरी बनाउँदै दिनमा तीन खुराक बिहान, दिउँसो र बेलुका खाने गरे श्वास बढ्ने रोग बीस–बाईस दिनमा समूल निको हुन्छ। यो रामबाण औषधि हो। अलिकति बिसेक भयो भनेर औषधि खान बीचमा

नछाइनू। यस झारलाई हिन्दीमा (सोमकल्पलता) भन्दछन्। स–साना बालक–बालिकाहरूको श्वास बढेमा धनियाँ र मिश्री मिलाएर चौलानीसित यो झार पिधेर कपड़छान गरी पिउन दिए, अवश्य निको हुन्छ।

(ध) अदुवाको रस र मह बराबर मिसाएर छिन–छिनमा चाट्न दिनू। यसले श्वास बढ्नेमा लाभ गर्दछ। यो अनुभव सिद्ध प्रयोग हो।

(न) दमको रोग हुनेले सकेसम्म बर्ता नसुत्नू।

(प) रक्सी नभइ नहुनेले सकेसम्म थोरै पिउनू। बानी नभएकाले कदापि नपिउनू।

(फ) खस्रो लुगाले छाती दल्ने गरे पनि लाभ हुन्छ।

(ब) श्वासको रोगीले सकेसम्म कुनै काममा लागिरहनु राम्रो हो।

(भ) कुनै पनि बर्ता पिशाब लाग्ने औषधि र खानाबाट जोगिनू।

(म) आँकको पातको बीचबाट झिकेको डुकु वा डाँठ र ज्वानो पन्ध्र–पन्ध्र ग्राम पिधेर पचीस ग्राम गुड़मा मिसाई स–साना गोली बनाई राख्नू। चिसो पानीसित बिहान एकेक गोली खाने गरे श्वास–रोगबाट मुक्ति पाइन्छ।

(य) श्वास बढ्ने रोगीले एकै स्थानमा बसिरहनुभन्दा हिल–डुल गरिरहे लाभ हुन्छ।

(र) श्वास बढेर माँटी घर–घर गरे अलि–अलि मह दिने गरे उत्तम हुन्छ।

२२२. *रक्त–पित्तमा*– यो रोग लाग्यो भने निम्नलिखित लक्षणहरू देखिन्छन्– नाक, कान, मुख, योनि, लिङ्ग अथवा शरीरको कुनै पनि द्वारबाट रगत आउन सक्दछ। मुखबाट रगत उल्टी भयो, नाकबाट नाथ्रो फुटेर रगत आयो, योनिबाट रगत आए रक्तप्रदर,

लिङ्गबाट पिशाब गर्दा रगत आयो भन्दछन्, तर यो रक्तपित्त रोग हो भन्ने धेरै व्यक्तिलाई ज्ञान हुँदैन। अतः यसको प्रारम्भिक र साधारण उपचार गर्न सके रोग बढ्न पाउन्न र निको हुन्छ।

(क) दूबोको रस, दारिम (अनार) को रस, भैंसीको गोबर वा घोड़ाको लिदीको रस एकैमा मिसाएर दस ग्राम जति पिउनाले रगत बग्न थामिन्छ।

(ख) पाँच ग्राम जति फुराएको फिटकिरी धूलो पारेर एक गिलास गाईको दूधमा मिलाई पिउनाले पिशाबमा रगत जाने तुरुन्त थामिन्छ। यो उपचार लिङ्गबाट पिशाब जस्तै रगत आउनेमा जादू झैं काम गर्दछ। यो प्रयोग गर्नुभन्दा अगाडि बढी पिशाब आउने वस्तु; जस्तै– पानीमा धनियाँ भिजाएर दुइ–तीन घण्टापछि चिया जस्तै रङ्ग आएपछि चीनी वा मिश्री मिलाएर पिउनू। कि त धनियाँ र मिश्री बेसरी चपाएर चीसो पानी पेटभरि पिउनू। अथवा अरू नै पिशाब बर्ता लाग्ने औषधि दिनू। यति गर्नाले पिशाबमा मिसिएर रगत पातलो भएर निस्कन्छ। अनि माथि लेखिएको औषधि दिनू। पिशाब पातलो नपारी फिटकिरी र दूध दिनाले बाक्लो रगत लिङ्गको नलीमा डल्लो वा गाँठो पर्ने डर रहन्छ। यस प्रयोगले अनेक रोगी एक–दुइ मात्रामै निको भएका छन् र यो अनुभव गरिसकेको औषधि हो।

(ग) अलिकति चीनी मिसाएको दूध नाकबाट नस झैं भित्रसम्म पुग्ने गरी ता[illegible] नाकबाट रगत आउन थामिन्छ।

(घ) दारिम (अनार) फूलको रस नाकमा भित्रसम्म पुग्ने गरी हालिदिए पनि रगत थामिन्छ। आँपको कोयाको रसमा हर्रो भिजाएको पानी

नाकमा हाले पनि रगत थामिन्छ।

(ङ) दूध—घिउ वा उखुको रसमा मिश्री मिलाएर एक गिलास पिउनाले नाकबाट आउने रगत थामिन्छ।

(च) पानीमा मिश्री मिलाएर नाकबाट पिए पनि रगत थामिन्छ।

(छ) रगतको फाल्सा वा डल्लो जस्तै आउँछ भने अलिकति परेवाको विष्टा र मह चाट्नू तत्काल थामिन्छ।

(ज) नौनीलाई १०८ पल्ट धोएर अलिकति कपूर मिलाई तालुमा राखे पनि रगत थामिन्छ।

(झ) दस ग्राम जति बन्दाकोभीको पात पानीमा पिधेर पिए पनि रगतको उल्टी हुने थामिन्छ।

(ञ) आधा ग्राम अफीम खानाले खकारमा आउने रगत थामिन्छ।

(ट) इसबगोललाई सिर्कामा भिजाएर तालुमा राखे पनि लाभ हुन्छ।

(ठ) गाईको नौनी नाकभित्रसम्म पुग्ने गरी थोपा—थोपा चुहाए पनि तत्काल लाभ गर्दछ।

(ड) मासको कालो दालको पीठो मुछेर लेदो तालुमा राखे पनि आराम हुन्छ।

(ढ) माजुम फलको नस लिए पनि लाभ हुन्छ ।

(ण) केराको बोट (थाम) को रस नाकभित्रसम्म पुग्ने गरी सुर्के पनि लाभ गर्दछ।

(त) अमला भिजाएर तालुमा थोपरे पनि रगत थामिन्छ।

(थ) गाईको सुकेको गोबरको नस लिए पनि हुन्छ।

(द) नीमको पात र ज्वानो डढाएको खरानी नाकबाट नस झैं सुर्कनू।

(ध) ढाक(पलास)को फूलको अष्टावशेष काढा बनाएर मह मिसाई

पिउनाले योनि र नाकबाट आउने रगत थामिन्छ।

(न) दूबो, अमला र पहेंलो माटो मुछेर रोगीका तालुमा राख्नाले तुरुन्त लाभ गर्दछ।

(प) नरिवलको पानी पिउनाले रक्त–पित्तमा तुरुन्त लाभ गर्दछ।

(फ) यदि कुनै युक्तिले पनि रगत थामिएन भने बाख्राको रगतमा दस ग्राम मह मिसाएर पिउनू, अथवा अन्य कुनै प्राणीको रगत भए पनि हुन्छ। यसमा परेवा, कुखुरा आदिको रगतले पनि काम लिन सकिन्छ।

(ब) मलद्वारबाट रगत गए रगतमासीको उपचार उचित पर्दछ। योनिबाट रगत गए रक्तप्रदरको उपचार असल हुन्छ। लिङ्गबाट रगत बगे फिटकिरी वा रक्त–प्रमेहको उपचार गर्नू।

(भ) बाख्रीको दूधमा केसर पकाएर खाई अनि गाईको दूध र भात खाने गरे रक्तपित्तबाट मुक्ति पाउन सकिन्छ।

(म) सेतो कमलको टुसामा मह मिलाएर खाने गरे पनि रक्तपित्त निको हुन्छ।

(य) दूध र पानी बराबर पारेर सयपल्ट सारफेर गरेर पिए लाभ हुन्छ।

(र) वंशलोचन, मह र मिश्री मिलाएर चाट्ने गरे पनि हुन्छ।

(ल) रक्तपित्तमा बाख्रीको दूध खाने गरे निको हुन्छ। यस रोगको यो उत्तम औषधि हो।

२२३. *अम्लपित्तमा*— यस रोगमा पित्त कुपित भएर अमिलो डकार आउँछ र मुख, छाती एवं पाँटी पोल्दछ। खाएको अन्न नपच्ने, वाकवाकी लाग्ने, शरीर गह्रौं हुने, अरुचि अथवा खानमा अमन हुने इत्यादि यस रोगका लक्षण हुन्। यो रोग ऊर्ध्वगामी र अधोगामी गरी दुई थरीको हुन्छ । ऊर्ध्वगामीमा उल्टी भएर दूषित पदार्थ

जान्छ। अधोगामीमा पखाला लागेर सफा हुन्छ। जान्ने वैद्यलाई पनि यसमा भ्रम पर्दछ। अम्लपित्तको पखालालाई साधारण ठान्नू र वमन हुँदा साधारण उल्टी सम्झनू। यसको छिटो उपचार भएन भने वातज, पित्तज, कफज त्रिदोष भएर असाध्य पनि हुन सक्तछ। यसमा पथ्यापथ्यको राम्रो विचार राख्नुपर्दछ। अब यसको साधारण उपचार दिइन्छ।

(क) पाँच ग्राम जङ्गीहर्रोको धूलोमा त्यति नै मह र दाख मिलाएर खानाले अम्लपित्त निको हुन्छ।

(ख) बेलुका सुत्ने वेलामा २० ग्राम नीबूको रस पिउने गरे रोगबाट मुक्त हुन सकिन्छ।

(ग) अमलाको दस ग्राम रस दिनहुँ सेवन गरे अम्लपित्त निको हुन्छ।

(घ) पिपलाको काढामा मह मिलाएर खाए लाभ हुन्छ।

(ङ) नीमको पात र अमलाको काढा पकाएर पिउनाले यो रोग निको हुन्छ।

(च) धानका भूसको खरानी ५ ग्राम दिनहुँ दुवै छाक बासी पानीसित सेवन गरे यस रोगमा लाभ गर्दछ।

(छ) नरिवल डढाएको खरानी ५ ग्राम दिनहुँ बिहान खाने गरे यस रोगबाट मुक्ति पाइन्छ।

(ज) चूनमा पानी हालेर राति राख्नू, बिहान चून तल बस्छ, संग्लो पानी माथि रहन्छ, त्यही पानी दिनहुं दस ग्राम जति खाने गरे यो रोगबाट मुक्ति पाउन सकिन्छ। यही पानीमा मिश्री मिलाएर 'ग्राइप वाटर' तयार पार्दछन् ।

(झ) कुटकी, त्रिफला र परवरको काढा पकाएर मिश्री मिलाई पिउने गरे एक सातामै अमलपित्त निको हुन्छ।

(ञ) पिपला, हर्रो र चीनी समान लिएर सधैं खानाले अम्लपित्त पन्ध्र दिनमा निको हुन्छ।

(ट) परवरको पातको काढा र अदुवाको रस दिनहुँ खाने गरे पनि रोग–मुक्त होइन्छ।

(ठ) छाती वा पेटमा जलन भए अलैंची बेसरी चपाएर पानीसित खाए पनि लाभ हुन्छ।

२२४. *वमन रोगमा*– (क) दूध–दही मिलाई फटाउनू, त्यही पानी पिउनू।

(ख) घिउमा सिंधेनून मिलाएर खाए वातज–वमन रोगमा लाभ गर्दछ। बहेडाको चूर्ण दुई ग्राममा पाँच ग्राम मह मिलाएर खाए पित्तज–वमनमा लाभ गर्दछ।

(घ) श्रीखण्ड चन्दनको काढा पकाएर मिश्री मिलाई पिउनाले पनि पित्तज–वमनमा लाभ हुन्छ।

(ङ) अमलाको रस र घोटेको चन्दनमा मह र मिश्री मिलाएर पिउनाले तीन दिनमै रोग निको हुन्छ।

(च) ईंटा वा फलाम तताएर झानेको पानी पिउने गरे पनि रोग –मुक्त होइन्छ।

(छ) अमिली (तित्री) मुखमा राख्ने गरे पनि वमन रोगमा लाभ हुन्छ।

(ज) अमिलो दारिम (अनार), कालोजीरा, मुनक्का सबै पाँच–पाँच ग्राम मिलाएर पिस्नू र त्यो धूलो अलि अलि चाटे लाभ गर्दछ।

(झ) पीपल वृक्षको बोक्रा पोलेको खरानी पानीमा मिलाउनू र खरानी निथ्रिएपछि छिन–छिनमा त्यो पानी पिउने गरे लाभ हुन्छ।

(ञ) पित्तज रोगमा मूर्च्छा, बर्ता तिर्खा लाग्ने, रिंगटा लाग्ने, बढी गर्मी अनुभव हुने– इत्यादि भयो भने अमिलो दारिमको रसमा चीनी

वा मिश्री मिलाएर पिए अवश्य लाभ गर्दछ।

(ट) जामुनुको रस र मुलेठीको चूर्ण मिसाई महसित चाटे कफज वमन रोग निको हुन्छ।

(ठ) हर्रो, पिपला र मरिच मिलाएर धूलो बनाई शुद्ध महसित चाट्ने गरे वमनमा लाभ गर्दछ।

(ड) बरको जरा डढाएर खरानी भएपछि त्यही खरानी अलिकति महसित चाटे पनि वमनमा लाभ हुन्छ।

(ढ) पीपलको बोक्रा आगोमा डढाई खरानी भएपछि पानीमा हाल्नू र त्यो पानी छिन–छिनमा एकेक चम्चा खाने गरे आराम हुन्छ।

(ण) स–साना बेल (बेलगिरी) को काढा पकाएर महसित पिए पनि वमनमा लाभ हुन्छ।

(त) काँचो नरिवलको पानीले वमन रोगमा तुरुन्त फाइदा गर्दछ।

(थ) ठूलो अलैंचीको काढा पकाएर चीनी वा मिश्री मिलाई पिउनाले वमनमा लाभ हुन्छ।

(द) बदामको रस पानीमा मिलाएर पिए पनि निको हुन्छ।

(ध) पुदीनाको चालीसवटा पातकन पाँच दाना मरीचमा पाँच ग्राम बिरेनून चारवटा ठूलो अलैंची पोलेर अलिकति अमिली (तित्री) मिलाएर छिन–छिनमा चाटे पनि वमन निको हुन्छ।

(न) कागतीको रस पाँच ग्राममा तीन–तीन ग्राम पिपला र मह मिलाएर चाटे पनि वमनमा आराम हुन्छ।

(प) केराको जराको रसमा मह मिलाएर चाटे पनि निको हुन्छ।

(फ) तीतो नीमको पात पिधेर पिए पनि वमन, पित्त र कफमा लाभ गर्दछ।

(ब) जङ्गीहर्रो घोटेर चाट्नाले सबै उमेरका व्यक्तिलाई वमनको रोगमा

लाभ गर्दछ। मात्रा चाहिँ उमेर अनुसार धेरै–थोरै मिलाउनुपर्दछ।

२२५. *विभिन्न औषधिको विषयमा–* (क) कुनै पनि जरीबूटी कुटेर निकालेको रसलाई नै स्वरस भन्दछन्।

(ख) कल्क भनेको कुनै औषधिलाई पात वा कागजमा पोको पारेर आगोमा पोली रस निचोरेर झिकेको अथवा त्यसै खाने योग्य बनाउनु हो।

(ग) क्वाथ भनेको खस्रो कुटेर भाँडामा हाली पकाउनु र चार भागको एक भाग रहेपछि झिक्नु– यसैलाई काढा भन्दछन्।

(घ) बेलुका चिसो पानीमा भिजाई छानेर खानेलाई हिम भन्दछन्।

(ङ) चूर्ण भनेको जरी–बूटी कुटेर धूलो बनाउनु र त्यसैको प्रयोग गर्नु चूर्ण कहिन्छ।

(च) काष्ठादि औषधि तौलिरहनुपर्दैन, अन्दाजले लिए पनि हुन्छ।

(छ) एघार ग्राम भनेको एक तोला हुन्छ। 'लाल' भनेको सुन तौलने रातीगेडीलाई भन्दछन्। आठ लालको एक ग्राम हुन्छ।

(ज) विष वा मात लाग्ने औषधिको मात्रा सतर्क रहेर निश्चय गर्नुपर्छ।

(झ) उपचारमा प्रयोग गरिने मह पुरानो भए उत्तम हुन्छ। नयाँ महले थोरै लाभ हुन्छ।

२२६. *मूर्च्छामा–* घरमा आफ्नू कुनै सम्बन्धीको मृत्युमा रोएको बेला अथवा अकस्मात् कुनै ठूलो चिन्ता आइपर्दा कुनै आश्चर्यजनक सुख आइलाग्दा मानिस संज्ञाहीन भएर ढल्नुलाई मूर्च्छा भन्दछन्। यसका अनेक कारण हुन सक्तछन्। जस्तै–दुर्बलता, पित्तवृद्धि, प्रकृति–विरुद्ध भोजन आदि कारणले व्यक्ति मूर्च्छित हुन सक्तछ। फेरि मल–मूत्रको वेग रोक्नु, अकस्मात् चोट लाग्नु, इत्यादि पनि

मूर्च्छाको कारण हुन सक्तछ। विशेष बढी दुर्बल मानिसलाई यो रोग हुन्छ। आयुर्वेदको अनुसार यो पनि वातज, पित्तज र कफज त्रिदोषले गर्दा हुन सक्तछ। तमोगुणी मानिस रगतको गन्धले पनि मूर्च्छित हुन्छन्। रगत देख्नासाथ मूर्च्छा पर्ने पनि हुन्छ। जाँड–रक्सी पिउने पनि मूर्च्छा पर्दछन्। दुर्बलताको मूर्च्छालाई तुरुन्त होशमा ल्याउने प्रयत्न नगरे हानि हुन सक्तछ। कुनै–कुनै रोगीको मृत्यु पनि हुन्छ। यस रोगको पहिले साधारण उपचार गर्नुपर्दछ। जस्तै–अनुहारमा पानी छम्कने, कडा नस सुँघाउने, अमोनियाँ नस सुँघ्न दिए पनि हुन्छ। दस वर्षको पुरानो गाईको घिउ मालिश गरिदिए उत्तम हुनेछ। यसमा पहिले कडा छिक्का आउने नस–दिनु र आँखामा जलन हुने खालको सुर्मा लगाइदिए पनि होश फर्कन्छ।

(क) पेटमा जुका परेर वा पेटमा कीटाणु उत्पन्न भएर मूर्च्छा परेको छ भने प्रथम पेटका कीरा मार्ने औषधि गर्नुपर्दछ।

(ख) रगतको दोषले मूर्च्छा परेको भए शीतल उपचार गरे लाभ हुन्छ।

(ग) यदि रक्सी वा जाँडको मूर्च्छा हो भने फेरि रक्सी नै थोरै मात्रामा दिए होश फर्किन्छ। अन्य कुनै कारणले मूर्च्छा परेको हो भने रक्सी दिनु हुँदैन।

(घ) विषको मूर्च्छामा विषनाशक औषधि दिनू। मरीच धूलो पारेर नस लिए तत्काल चेतना फर्कन्छ। छिन–छिनमा छिक्का आउने कुनै कड़ा नस दिए पनि होश फर्कन्छ

(ङ) विषपान गरेकोमा वमन गराए पनि लाभ हुन्छ। कुखुराको सुली पानीमा फेटेर खान दिए, तत्काल वमन (उल्टी) हुन्छ र विष

निस्कन्छ, अनि चेतना फर्कन्छ।

(च) मूर्च्छामा आधा मिनेट जति नाक–मुख बन्द गरिदिए पनि होश फर्कन्छ। तर एक मिनेटभन्दा बर्ता नाक–मुख थुन्न हुँदैन।

(छ) गोकुल धूपको धुवाँले पनि लाभ गर्दछ।

(ज) काँक्रो काटेर बास्ना लिए पनि जाति गर्दछ।

(झ) पिपलाको धूलोमा मह मिसाएर चाट्न दिए पनि आराम हुन्छ।

(ञ) पञ्चमूलको काढामा मिश्री र मह मिलाएर चाट्न दिए पनि लाभ हुन्छ।

(ट) अमलाको झोलमा घिउ मिसाई एकैछिन पकाएर सेलाएपछि पिउन दिए मूर्च्छा नष्ट हुन्छ।

(ठ) ढुंग्रेझार (ब्राह्मी) वा घोडताप्रेको रस घिउमा मिलाएर खाने गरे पित्त–सम्बन्धी मूर्च्छा, तिर्खा, प्रमेह, जलन र पित्त–विकार सबैमा लाभ गर्दछ। यो प्रयोग सिद्ध औषधि हो, फरक पर्दैन।

(ड) कमलको पात, मुलेठी र मिश्रीको काढा बनाएर चिसो भएपछि पिउन दिए पित्तको जरो बौल्हट्टी, मृगी र चित्त–भ्रम आदि सबैमा लाभ गर्दछ।

(ढ) धेरजसो स्त्री–जातिलाई हुने मूर्च्छा वा हिस्टीरिया रोगमा चिसो पानी टाउकोबाट खन्याइदिनू। सुठो, मरीच र पिपलाको काढा बनाएर ड्रापर वा कागजको सोली जस्तो बनाएर नाकभित्रसम्म पुग्ने गरी हालिदिनुपर्दछ। यसले छिक्का आउँछ र निको हुन्छ। नभए तुलसीको पात र मरीचको नस बनाएर नाकमा हालिदिनू। दाँत खप्टिएका भए मयूरको प्वाँख डढाएर सुँघाइदिनू अथवा मंजन झैं त्यही खरानी दाँतमा मलिदिए पनि लाभ हुन्छ। त्यो पनि

पाइएन भने प्याज कुटेर नाकमा रस चुहाइदिए पनि निको हुन्छ।

(ण) मूर्च्छाको रोगमा कतिपय नारीहरू बौलाही झैं आचरण गर्न थाल्दछन्। यसमा हींग सर्वोत्तम उपचार हो। खाना खाइसकेपछि मटरको गेडा जति हींग पानीसित दिए जाति हुन्छ।

(त) बाखीको वा मानिसकै दूध नाकमा चुहाइदिए पनि चेतना फर्किन्छ।

(थ) घोडाको मुखबाट आउने फीजमा मरीच घोटेर सुर्मा झैं आँखामा लगाइदिए होश आउँछ।

(द) नौसादर र चून मिलाएर शीशीमा राख्नू र रोगीलाई बिर्को खोलेर नाकमा सुँघाइदिनू—यसले मूर्च्छित व्यक्ति तत्काल होशमा आउँछ। यो औषधिको बिर्को बलियो चाहिन्छ। ग्यास उडेपछि काम लाग्दैन। यो औषधिले जुन वेला पनि काम लिन सकिन्छ। यसैलाई डाक्टरीमा स्मेलसाल्ट (SMELL SALT) भन्दछन्।

(ध) मूर्च्छाको रोगमा आपामार्गको जरो दस ग्राम र मरीच केवल पाँच दाना पिसेर प्रतिदिन दुवै छाक एक सातासम्म खान दिने गरे अवश्य निको हुन्छ।

२२७. *बौलाएमा*– धेरैजसो मानसिक विकारले मानिस पागल हुन्छन्। यसमा उल्टी र बर्ता दिसा हुने औषधिका साथै नाकमा नस दिएर छिक्का ल्याउने प्रयत्न गर्नु लाभदायक हुन्छ। चन्द्रोदयको कथन अनुसार छिक्कापछि औषधि दिए छिटो फाइदा गर्दछ। यो रोग पित्तज, कफज, वातज र सन्निपातज हुन्छ। फेरि चिन्तामा गाडिएको, कसैको प्रेममा लट्ठ परेको, केही मनपरेको वस्तु अकस्मात् हराउँदा र विष आदि खानाले यो रोग उत्पन्न हुन्छ। यसैलाई 'हिस्टीरिया' पनि भन्दछन्।

बौलाहामा हुने संक्षिप्त लक्षण–

(क) *बातज*– यसमा रोगीको शरीर रातो वर्णको र रुखो (खस्रो) हुन्छ।

(ख) *पित्तज*– यो रोगीको अनुहार पहेंलो र चिसो वस्तु मनपराउने हुन्छ।

(ग) *कफजमा*– यसमा आँखा र छाला सेतो वर्णको हुन्छ ।

(घ) *सन्निपातज*– यस रोगीमा वात, पित्त, कफ तिनै प्रकारका लक्षण देखिन्छन्।

(ङ) *शोकज*– यस रोगीले अनेक थरिका गुप्त कुराहरू स्वयं भन्न थाल्दछ।

(च) *विषज*– यसमा रोगीको अनुहार श्यामवर्णको र आँखा राता हुन्छन्।

(छ) *भूतज*– कुनै देवता वा ग्रहादिको दोषले बौलाहा भएको छ भने त्यसको पराक्रम, बोल–चाल, आँट र प्रयत्न साधारण मानिसको जस्तो हुँदैन। त्यसको स्मरण–शक्ति, विचार र शिल्प–कला आदिको ज्ञान, अभिमान देवताको झैं देखिन्छ। भूतज बौलाहाको रोग बढ्ने तिथि निर्धारित हुन्छ।

(ज) *दैत्यज*– जो दैत्यको प्रभावले पीडित हुन्छ– त्यो देवता, गुरु, ब्राह्मण र अतिथि–निन्दक तथा आँखा बांगो भएको हुन्छ। कसैसित पनि नडराउने र बढी खाने एवं असन्तोषी हुन्छ।

(झ) गन्धर्वको दोषले बौलाहा भएको व्यक्ति खोला–नदीको किनार, वन–जङ्गल मनपराउँछ। मुसु–मुसु हाँसिरहन्छ।

(ञ) कुनै देवताको प्रभावले पागल भएको व्यक्ति सन्तोषी र पवित्र रहन्छ। त्यसको शरीरबाट सुगन्ध आउँछ। ब्राह्मण, गुरु र माता–पितामा श्रद्धा–भक्ति राख्दछ।

(ट) पितृग्रहले पीडित बौलाहा कुशादिले आफ्ना पितृहरूलाई जलदान

र पिण्डदान गर्छ। तिल, गुड़, खीर र मासु खाने इच्छा गर्दछ।

(ठ) राक्षसद्वारा पीडित बौलाहाले रक्सी, रगत, मासु मनपराउँछ। निर्लज्ज, निर्दयी, शूरो र बर्ता रिसाहा हुन्छ। यसको राती डुल्ने बानी हुन्छ।

(ड) पिशाचद्वारा पीडित बौलाहा सबै लुगा फुकालेर नांगो हिड्दछ। निर्धो–दुब्लो, शरीरबाट दुर्गन्ध निस्कने, खानमा लोभी, शून्य स्थान मनपराउने, नचाहिंदो काम गरेर थाकेपछि रुने आदि लक्षण हुन्छ।

(ढ) देवग्रहले पीडित बौलाहा पूर्णिमाको दिन बर्ता बौह्लाउँछ।

(ण) दैत्य–दानवले प्रभावित छ भने प्रातः दिउँसो र साँझमा बर्ता प्रभावित हुन्छ।

(त) गन्धर्वको दोष भए अष्टमीमा बर्ता बौलाउँछ।

(थ) यक्षको प्रभाव भए प्रतिपदाको दिन बर्ता बौह्लाउँछ।

(द) राक्षसीमा राती बढी प्रभाव देखाउँछ।

(ध) पितृहरूको प्रभाव भए कृष्णपक्ष र औंसीमा रोग बढेको देखिन्छ। *पागलहरूको यस्ता लक्षण चिकित्सा*–चन्द्रोदयमा प्रशस्त पाइन्छन्।

२२८. *बौलाहाको उपचार–*

(क) ब्राह्मीको पातको रस ४० ग्राम र कूटको चूर्ण पाँच ग्राममा मह मिलाएर चाट्न दिए लाभ हुन्छ।

(ख) शंखहुलीको रस ४० ग्राम, कूटको चूर्ण ५ ग्राममा मह मिसाएर खान दिए आराम हुन्छ।

(ग) काँचो रातीगेडी दुइ ग्राममा एक पाउ गाईको काँचो दूध मिलाएर दिए केही दिनमै निको हुन्छ।

(घ) ब्राह्मीको रसमा कालो धतूरोको पातको रस मिलाएर खाने गरे निको हुन्छ। तर एक छाक खानासाथ हुँदैन केही दिन लगातार

सेवन गर्नुपर्दछ।

(ङ) बौह्लाएको व्यक्तिलाई लाटोकोसेरो, बिरालो, स्याल, भेड़ा—बाखाको मलमूत्र वा नङमासुको धूप सुँघ्न लगाए बढी लाभ हुन्छ।

(च) बौलाहा व्यक्तिलाई कुनै बेला पनि निद्रा लाग्दैन। अतः कुनै पनि निद्रा लाग्ने औषधि— रोगीको बलाबल, अवस्था विचार गरेर दिए अवश्य निद्रा पर्दछ र रोग निको हुन्छ।

२२९. *अजीर्णमा—* खाएको नपच्ने, वाकवाकी लाग्ने र अमिलो डकार आउने हुन्छ। यसमा—

(क) धनियाँको काढा पिउनू र दिनमा चारपल्ट तातो पानी पेटभरि पिउनू।

(ख) ज्वानोको अर्क पिउनू अथवा हीङ, बिरेनून, सुठो, मरीच र पिपला पिधेर पेटमा लेप लगाउनू।

(ग) भात खाएको नपचे काँचो नारियल वा दूधमा पानी मिलाएर पिउनू।

(घ) खिचड़ी आदि खाएर अजीर्ण भयो भने चारवटा ठूलो अलैंची चपाएर तातो पानी पिउनू।

(ङ) गुलियो वस्तु खाएर भएको अजीर्णमा पिपला र बिरेनूनले लाभ गर्दछ।

(च) बढी दूध पिएर भएको अजीर्णमा गाईका महीले लाभ गर्दछ।

(छ) बढी आँप खाएर भएको अजीर्णमा जीरा—पानी र बिरेनून खानू।

(ज) घिउ—तेल बर्ता परेको वस्तु खाएर अजीर्ण भयो भने बिरेनून र मरीचको धूलो कागतीको रस मिलाएर पिउन दियो भने निको हुन्छ।

(झ) ल्वाङको काढामा बिरेनून र हीङ मिलाएर पिए तुरुन्त निको हुन्छ।

२३०. *पिशाब रोकिएमा—* लक्षण र उपचार— यो रोगमा घरि—घरि र अलि—अलि पिशाब चुहुन्छ। मूत्र—स्थानमा पोल्ने हुन्छ। यसमा नारी—वर्गको सोम रोग झैं पिशाब आइरहन्छ तापनि यसमा र

सोम रोगमा फरक हुन्छ।

(क) यसमा अदुवाको रस पाँच ग्राम (चूर्ण भए पनि हुन्छ) र चीया पाँच ग्राम मिलाएर खानाले लाभ गर्दछ।

(ख) लिङ्गको छिद्र (प्वाल) मा धूलो पारेको कपूरको सलेदो लगाए पनि पिशाब खुल्दछ।

(ग) मूसाको लिंड आठ–दसवटा पानीमा पिधेर तल्लो पेटमा लगाइदिए साना बालक–बालिकाको रोकिएको पिशाब खुल्दछ।

(घ) मूसोको लिंडमा कलमी सोडा मिलाएर नाभिभन्दा तल लेप लगाए पनि पिशाब खुल्दछ।

(ङ) कालो तिल र शक्कर मिलाएर खानाले घरि–घरि र बर्ता पिशाब आउने थामिन्छ।

(च) खरेटीको जरा धूलो पारेर त्यसमा दालचीनीको चूर्ण मिलाएर खानू अनि एक पाउ जति गाईको दूध पिउने गरे छिटै निको हुन्छ।

(छ) पिशाबको रोगमा मेथीको पातको रस २०० ग्राम दिनू अथवा मेथीको पात घिउमा भुटेर दिए पनि लाभ गर्दछ।



१६८. शिवाम्बु (स्वमूत्र)

प्रत्येक समाजमा मल–मूत्र घृणित मानिएको छ। त्यही संस्कार हामीलाई माता–पिताले सानै उमेरदेखि दिइराखेको हुनाले हामी मूत्रदेखि घृणा गर्दछौं र खानेकुरा त परै रहोस् सकेसम्म छुन पनि मनपराउन्नौं। तर त्यसले कुनै उपचार हुन्छ भने 'औषधार्थे सुरां पिबेत्' यस उक्ति–अनुसार

शरीरमा रोग लागेपछि त्यसको निवारणका लागि अनेक उपचार गर्नु आवश्यक छ। अत: आफ्नू मूत्र पनि पहिले हात–पाखुरामा घस्ने गर्नू। अनि शरीरमा दल्नू र अलिकति हत्केलामा लिएर आचमन गरेझैं पिउनू। त्यही क्रमले अलि–अलि बढाएर लगे केही दिनमा सय ग्राम जति सहजै पिउन सकिन्छ।

मानव शरीरको विषयमा भनिएको छ– 'शरीरं व्याधिमन्दिरम्' अत: यस शरीरमा अनेक थरिका रोग लाग्दछन्। तिनको अनेक औषधि र उपाय पनि छन्। ती–मध्ये यौटा उपाय 'शिवाम्बु' पान पनि हो। स्वयं शिवजीले पनि सेवन गरिने हुनाले यसलाई शिवाम्बु भनिएको हो। यसका निम्नलिखित गुणहरू छन्–

१. *हृदय रोगमा*– स्वमूत्र नियमित रूपले सेवन गरे हृदय रोग बिस्तार–बिस्तार आराम हुन्छ। दिनमा तीनपल्ट दस–दस ग्रामको मात्रा गरेर पिउनू।

२. *उच्चरक्तचापमा*– प्रथम बिहानै शरीरभरि लगाएर मूत्र–स्नान गर्नू र एक सप्ताहपछि रक्तचापको जाँच गर्नू। यसैले पनि लाभ भएको थाहा हुन्छ। यसै गरी शरीरमा घस्नाले र बीस ग्राम दिनहुँ पिउनाले निरोग होइन्छ।

३. *निम्न रक्तचापमा*– यो रोगमा आफ्नू मूत्रले निको पार्दछ भन्ने कुरा अनेक प्रयोगद्वारा सिद्ध भइसकेको छ। यसले कमजोरी र अत्याहट बेचैनी पनि हराउँछ। स्वमूत्र पानमा घिन मान्ने कुरा छैन।

४. *क्षय रोगमा*– प्रथम एक सप्ताहसम्म स्वमूत्रको मालिश गर्नू। त्यसपछि प्रात: बीस–पचीस ग्राम स्वमूत्र सेवन गर्नेपर्दछ। दुई सप्ताहपछि नै रोग घटेर गएको थाहा हुनेछ। अनि केही दिन

लगातार सेवन गरे यो कठिन रोगबाट मुक्ति पाउन सकिन्छ।

५. *हाड–सम्बन्धी रोग वा घाउमा–* आफ्नै पिशाबमा भिजाएको लुगा बाँध्ने गरे चाँडै आराम हुन्छ।

६. *दमा (सास बढ्ने रोगमा)–* यो रोग लागेपछि सहजै निको हुन सक्तैन तापनि मानिसले उपचार गर्न छाड्दैन। तर यसमा स्वमूत्र–पानले विचित्र लाभ देखाउँछ। प्रतिदिन प्रात: स्वमूत्र सेवन आवश्यक छ। त्यसपछि आफ्नू शक्ति र अवस्थानुसार चार–पाँच दिन उपवास लिनू। उवासको समयमा मनतातो पानीमा स्वमूत्र मिसाई पान गर्नाले शरीरको सारा रोग वमन, दिसा र कफद्वारा बाहिर निस्कन्छ। वमन र दिसा लाग्यो भनी डराउने काम छैन। बिना वमन र दिसाले रोग कसरी आराम हुन सक्तछ? उपवासले बर्ता कमजोरी भएको छ भने कागतीको रस महसित खाई हलुको भोजन गरे पनि हुन्छ।

७. *क्यान्सरमा–* यो निकै डरलाग्दो रोग हो। यस रोगका रोगी अब निको हुँदैन भनेर हताश हुन्छन्। यस रोगमा दिनहुँ पचास–देखि सय ग्रामसम्म स्वमूत्रपान अत्यन्त लाभदायक हुन्छ। यस रोगको औषधि खोज्न अनेक जान्नेहरू लागिराखेका छन्। तापनि स्वमूत्र पानले जादू जस्तै काम गर्दछ। रोगीले कति मूत्र सहन वा पचाउन सक्दछ, यसको विचार राखेर मात्रा घटाउन वा बढाउन सकिन्छ। बिस्तार–बिस्तार रोगीले दिन–रातको मूत्र पनि पिउन सक्दछ, यसले हानि छैन।

८. *घाँटीमा गाँठो भएमा–* यस रोगको लापरवाहीले क्यान्सरलाई जन्म दिन्छ। यसमा प्रतिदिन पचीस ग्रामदेखि आरम्भ गरेर सय

ग्रामको मात्रा गरेर स्वमूत्र पान गरे रोग निको हुन्छ। पन्ध्र दिनको प्रयोगमै घाँटीको गाँठो हराएर जानेछ।

९. *अमलपित्तमा*– यो चिरस्थायी रोग हो। यस रोगमा पेट पोल्नु र दुख्नु, मल कडा भएर वा हुँदै नभएर कुनै बेला दाँत पनि अमिलो पार्ने गरी उल्टी हुनु, उल्टीमा माछा पखालेको पानी जस्तो आउनु, यस रोगमा एक सप्ताहसम्म स्वमूत्र पेटमा मालिश गरेर आफ्नै पिशाबले कुल्ला गर्नू। अनि दुवै छाक सय–सय ग्राम गरेर स्वमूत्र पान गरे आवश्यक आराम हुन्छ।

१०. *पेटको रोगमा*– पेट–सम्बन्धी अनेक रोगमा स्वमूत्रले रामबाण जस्तै लाभ गर्दछ।

११. *कब्जमा*– पेट नै रोगको जन्मदाता मानिन्छ। जसलाई कब्जको रोग लाग्दछ, त्यसबाट हत्तपत्त मुक्ति पाउन गाहारो पर्दछ। यसमा एक महीनासम्म सय ग्रामको दरले स्वमूत्र पान गरे यस रोगबाट मुक्ति पाउन सकिन्छ।

१२. *मन्दाग्नि, ग्यास, कब्जमा*– यी सबै रोगमा दिनको तीन–चार पटक स्वमूत्र सेवन गरे आशातीत सफलता प्राप्त गर्न सकिन्छ।

१३. *जलोदर*– यस रोगको रोगीको पेटमा गाग्रोमा भरिए–जस्तै गरी पानी भरिन्छ र पेट हल्लाउँदा भरी गाग्रोको पानी छचल्किए–जस्तै छछल्किएको स्पष्ट सुनिन्छ। यसमा शक्ति–अनुसार रोगीलाई पाँच दिनदेखि दस दिनसम्मको उपवास गराउनू अनि सय ग्रामदेखि दुइ सय ग्रामसम्म स्वमूत्र सेवन गराए चाँडै आराम हुन्छ।

१४. *आन्त्रशोथ*– यस रोगमा आपरेशन बाहेक अरू कुनै उपाय छैन भन्दछन्। तर शिवाम्बुको मालिश र दिनमा तीनपल्ट बीस

पचीस ग्राम जति पिउनाले अनुमानभन्दा पनि छिटै रोग–मुक्त हुन सकिन्छ। यो सिद्ध प्रयोग हो।

१५. *गुदाको सूजनमा*– यो रोगमा पिशाबसँगै रक्त वा वीर्य जस्तै कुनै पदार्थ देखिन्छ। यसमा शिवाम्बु पानले रामबाण जस्तै काम गर्दछ। केवल पन्ध्र दिनमै रोग–मुक्त हुन सकिन्छ। पिशाबसँग केही पदार्थ आए पनि शिवाम्बु पिउन घिन्न नमान्नू। यो घिनाउने वस्तु होइन भन्ने निधो भइसकेको छ।

१६. *मधुमेहमा*– यो रोगमा जति दिनसम्म सकिन्छ उपवास बस्नू वा लघु भोजन गर्नू। उपवासको समयमा पनि शिवाम्बु सेवन गर्दै रहनू। उपवासपछि पनि जबसम्म रोग निको भयो भन्ने ज्ञान हुँदैन तबसम्म शिवाम्बु पिउन नछाड्नू।

१७. *गठियामा*– यस रोगमा शरीरको जोर्नी–जोर्नी सुनिएर वा नसुनिएरै पनि करकरी खान्छ र पीडा हुन्छ। यसमा शिवाम्बुको मालिश र पच्चीस ग्राम जति प्रात: पिउने गरे रोगबाट मुक्त हुन सकिन्छ।

१८. *चर्मरोगमा*– शरीरको हात खुट्टा वा कुनै पनि स्थानको छालामा घाउ–घटिरा वा छाला बाक्लो भएर चिलाउने र त्यसबाट पानी बग्ने आदिमा स्वमूत्रको मालिश र पचीस ग्राम जति दुवै छाक पिउनाले साता दिनमै निको हुने लक्षण देखिन्छ।

१९. *फियो बढेकोमा*– आफ्नू वा छोरा–छोरीको पिशाब पचीस ग्राम जति एक साता पियो भने अवश्य निको हुन्छ। साना बालक–बालिकाको फियो बढेमा उसकै पिशाब प्रात:काल उसलाई पिलाउनू त आराम हुनेछ।

●

सरल औषधि–ज्ञान

अथवा

सजिलो उपचार

खण्ड ४

कुनै पनि औषधि बनाउँदा चाहिने सामग्रीको राम्ररी पहिचान नगरेसम्म त्यसको प्रयोग अनुचित मानिन्छ। जान्ने वैद्यले पनि सबै झार–पात, जरी–बूटी चिह्नेका हुँदैनन्। यसमा बूढा–पुराना व्यक्तिको सहयोग लिए राम्रो हुन्छ। औषधि बनाउँदा प्रयोग गरिने सबै सामग्री एकत्र पारी धोई पखाली स्वच्छ पारेर मात्र काममा लिनू।

आयुर्वेदका अनेक ग्रन्थहरूको अध्ययन अवलोकन नगरीकन औषधिहरू बनाउन कठिन हुन्छ। अतः सकेसम्म बढी पुस्तकहरू हेरी जाँची अनि मात्र औषधि बनाउने काम थाल्नू। कुनै औषधिमा राम्रो पुट पुगेन वा राम्ररी खरल हुन सकेन भने त्यस औषधिले लाभको साटो हानि पनि हुन

सक्तछ। जुन वस्तुको जति तौल र मात्रा लेखिएको छ, त्यसै अनुसार गर्नु उचित हुनेछ। धेरै वा थोरै औषधि तयार गर्नु छ भने त्यसै अनुसार सबै वस्तु धेरै–थोरै लिन सकिन्छ।

रोगीको बलाबल विचार गरेर यौटै औषधि अनेक रोगमा अनुपान फेरेर दिन सकिन्छ र त्यसले आशातीत सफलता पनि प्राप्त गर्न सकिन्छ। अतः यसको निम्ति स्वयं वैद्यको अनुभव नै प्रधान मानिन्छ।

अब औषधिहरू तयार पार्ने विषयमा जान्नुपर्ने कुराहरू–

१. सकेसम्म सबै स्थानमा औषधिको तौल र मात्रा लेखिएको छ, तापनि कतै नलेखिएको भए त्यसलाई समभाग मानेर तयार पार्नू।
२. काष्ठादि औषधिहरूमा अलिकति धेरै वा थोरै परे पनि हानिको डर रहन्न। तर सकेसम्म पुस्तकमा लेखिए–अनुसार नै प्रयोग गरे उत्तम हुनेछ।
३. रोगीको बलाबल, स्थिति र नाडीको गति–ज्ञान राम्रो नभई कुनै पनि औषधि प्रयोग गर्नु उचित हुँदैन।
४. कुनै पनि जडीबूटीको राम्रो पहिचान नगरी अन्दाजी यही होला भन्ने भरमा कदापि नपर्नू। त्यसले ठूलो हानि हुन सक्तछ।।

•

औषधि बनाउने साधारण नियम

१. *लवण भास्कर चूर्ण*– पिपला र पिपला–मूल, धनियाँ, कालो जीरा, सिंधेनून, कालो नून, साँवर नून, तेजपात, नागकेशर– यी सबै औषधि सय–सय ग्राम र ३५० ग्राम समुद्री नून, १६० ग्राम अनारदाना–यी औषधि कूट–पीस गरी धूलो पारी कपडछान गरेर शीशीमा राख्नू। यसैलाई 'लवण भास्कर चूर्ण' भन्दछन्। तीनदेखि पाँच ग्रामसम्मको मात्रा प्रयोग गर्नू। यो अनेक रोगमा अनुपान भेदले प्रयोग गरिन्छ र लाभ पनि हुन्छ।

२. *हिङ्गाष्टक चूर्ण*– सुठो, पिपला, मरीच, कालो जीरा, ज्वानो र सिंधेनून। यी सात वस्तुहरू समभाग पारेर मसिनू चूर्ण तुल्याउनू र ती सबै चूर्णको आठौं भाग गाईको घिउमा फुराएको (भुटेको) हीङ मिसाइदिनू। त्यसैलाई 'हिंगाष्टक चूर्ण' भन्दछन्। यो वातरोग नाशक उत्तम औषधि हो। – भै०र०।

३. *संजीवनी बटी*– वायविडङ्ग, सुठो, पिपला, हर्रो, अमला, बहेडा, वच र सोधेको भलायो (काँचो होइन) तथा शुद्ध विष। उपरोक्त औषधिहरूकन मसिनू धूलो पारेर तीन दिनसम्म गोमूत्रमा घोटेपछि ससाना गोली बनाएर शीशीमा राख्नू। यसैलाई 'संजीवनी बटी' भन्दछन्। अनुपान भेदले यसका अनेक गुण छन्। वायुगोलामा दुई गोली र अजीर्णमा एक गोली अदुवाको रसमा दिनू। सन्निपातमा चार गोलीको मात्रा पारेर दिए अवश्य लाभ हुन्छ।

४. *लसुनादि बटी*– लसुनको केस्रा पचीस ग्राम, सेतो र कालो

जीरा, भुटेको हींग, शुद्ध गन्धक, सिंधेनून, सुठो, मरीच र पिपला यी सबै वस्तु दस–दस ग्राम जम्मा गरी कुटेर कपडछान गरी चूर्ण तुल्याउनू र कागतीको रसमा तीन दिनसम्म घोटेर (खरल गरेर) एकेक ग्रामको गोली बनाई शीशीमा राख्नू। यो 'लसुनादि बटी' तयार भयो। रोगीको अवस्था र बलाबल विचार गरी प्रयोग गर्नुपर्छ। यो दोष शमन गर्न र जठराग्नि प्रदीप्त पार्न प्रसिद्ध छ। मन्दाग्निमा चूर्णसित, संग्रहणीमा सुठोको धूलोसित, अतिसारमा नागरमोथाको चूर्णसित सेवन गरे हुन्छ। खानेकुरा खाइसकेपछि तातो पानीसित दिनू। यसले मन्दाग्नि, पेटको वायु–विकार, अजीर्ण र हैजा आदि रोगमा तत्काल लाभ गर्दछ।

५. *सैन्धवादि चूर्ण*– सिंधेनून, चितूको जरो, मरीच, पिपला, सुहागा, सुठो, चैत्य, ज्वानो, सौंफ र वच– यी सबै वस्तु समान भागमा लिएर मसिनु चूर्ण बनाउनू। त्यो सबै चूर्णलाई एक्काईस दिनसम्म कागतीको झोलमा भावना दिएर सुकाउनू। यही 'सैन्धवादि चूर्ण' हो। यो प्रतिदिन दुइ ग्राम तातो पानी, अलिकति नून हालेको मही अथवा गाईको घिउले झानेको दही–कुनै एक अनुपानसँग सेवन गरे पेटको अग्निदीपन र अन्य पेट–सम्बन्धी रोगमा पनि लाभ गर्दछ।

६. *बडवामुख चूर्ण*– हर्रो, सुठो, पिपला,करंजको बीज, सुकेको नरिवल र चितूको जरा–यी सबै समभाग लिएर कुटी–छानी चूर्ण तुल्याउनू र जति चूर्णको वजन छ, त्यति नै मिश्री मिलाउनू। यो चूर्ण उचित मात्रामा पानीसित सेवन गरे कस्तै अजीर्ण वा वायुविकार भए पनि छिटै नै निको पार्दछ। मात्रा दुई ग्रामसम्मको

दिन हुन्छ।

७. *शीतोपलादि चूर्ण*– पिपला, वंशलोचन, दालचीनी, सानू अलैंची, सोहागा यी पाँच वस्तु (पिपलाको दोबर वंशलोचन, त्यसको दोबर दालचीनी, उसको दोबर अलैंची र त्यसको दोबर सोहागा) यस्तो बनाउने नियम पनि कहीं कहीं पाइन्छ, तर त्यस्तो नगरेर समान भाग पारेर बनाए पनि गुणमा केही फरक पर्दैन। सबै वस्तुको चूर्ण पारेर कपडछान गरी सबै वस्तुको चार दोबर मिश्री मिलाएर चूर्णलाई शीशीमा राख्नू। यसका गुणहरूको वर्णन गरेर साध्य छैन। जरो, खोकी, मन्दाग्नि, उदर–विकार, शरीर–पीडा आदि अनेक रोगमा दुई–तीन ग्राम चूर्णमा मह मिलाएर चाट्नू (अलि–अलि बिस्तार–बिस्तार खानू) यसले अनेक रोगमा लाभ गर्दछ।

८. *अग्निकुमार रस*– नागरमोथा, मरीच, वच र कूट–यी सबै दस दस ग्राम र शुद्ध वत्सनाभ विष पाँच ग्राम जम्मा गरी अदुवाको रसमा तीन दिनसम्म खरल गरेर आधा–आधा ग्रामको गोली बनाउनू। यो 'अग्निकुमार रस' तयार भयो। अनुपान भेदले यो अनेक रोगमा प्रयोग गर्न सकिन्छ। जस्तै–आमयुक्त दोष शमन गर्ने र जठराग्नि प्रदीप्त पार्न प्रसिद्ध छ। मन्दाग्निमा ल्वाँगको चूर्णसित, संग्रहणीमा सुठोको धूलोसित, अतिसारमा नागरमोथाको चूर्णसित सेवन गर्नुपर्दछ।

९. *अग्नितुण्डी बटी*– पारा, गन्धक र विष यी तीनै वस्तु शुद्ध लिनू र अजमोदा, हर्रो, अमला, सज्जीखार, सिंधेनून, बिरेनून, चितूको जराबाट झिकेको बोक्रा, जीरा, वायविडंग, सुठो, मरीच,

पिपला र समुद्री नून–यी सबै औषधि समान भाग र सबैको बराबर सोधेको कुचिला लिनू। पहिले पारा र गन्धकको कज्जली बनाएर अनि सबै औषधिहरूको चूर्ण मिसाएर कागतीको रसमा घोटेर एकेक ग्रामको गोली बनाउनू। यसको एक गोली खानेकुरा खाइसकेपछि चिसो पानीसित सेवन गरे भोक बढ्दछ। यो दीपन, पाचन र वात–नाशक पनि हुन्छ। यसमा कुचिला परेको हुनाले धेरै दिनसम्म सेवन गर्नु हुँदैन।

१०. *दशमूलादि क्वाथ*– बेल, कुभिण्डो, अरणी, गोखरु, पृष्ठपर्णी, शालपर्णी, पिपला र पिपलामूल, सुठो, चिराइता, नागरमोथा, खरेटी,. दाख, सुगन्धवाला, जवाखार र शतावरी। यी सबै औषधिहरू समान भागमा लिएर चूर्ण पारी तीन सय ग्राम पानीमा बेसरी पकाउनू। चौथाई शेष रहेपछि झिकेर चिसो पारी पिउन दिनू। यसले अनेक उपद्रव समेत वातज्वर निको हुन्छ।

११. *हिंगुलेश्वर*– पिपला, सिगरफ र सुठो, तीनै वस्तु समभाग लिएर पानीमा राम्ररी खरल गर्नू र फुराएको हींग दुई ग्राम हालेर एकेक ग्रामको गोली बनाउनू। महसित दुइ–दुइ गोली खाने गरे अनेक थरिका ज्वरमा लाभ गर्दछ। यसले खोकी, उदर–पीडा, वायुमा पनि लाभ गर्दछ।

१२. *अष्टमण्ड*– पुरानो चामल अथवा मूँग एक मुठी, अनि सुठो, मरीच, पिपला, धनियाँ, हींग र सिंधेनून– यी सबै यथायोग्य हाल्नू र सबैको सोह्रगुना पानी हाली मन्द–अग्निमा पकाउनू। एक चौथाई रहेपछि झिकेर छान्नू– यही 'अष्टमण्ड' हुन्छ। यसले भोक बढ्दछ, तागत दिन्छ, जरो हराउँछ, कफ–वात–पित्त शमन

गर्दछ । मात्रा पाँचदेख दस ग्रामसम्मको गर्नू। रोगीको बलाबल र स्थिति विचार गर्नू आवश्यक छ।

१३. *आनन्दभैरव रस*– शुद्ध वत्सनाभ, हिंगुल, सुहागा, गन्धक, सुठो, मरीच, पिपला– यी सबै वस्तु समान भाग लिएर मसिनो चूर्ण बनाउनू र कागतीको रसमा चार घण्टा जति खरल गरेर एकेक ग्रामको गोली बनाएर घाममा सुकाई शीशीमा राख्नू। बिहान–बेलुका एकेक गोली अदुवाको रस र महसित खाने गरे खोकी, जरो र अनुपान भेदले अनेक व्याधिमा लाभ गर्दछ।

१४. *बेतालरस*– पारा, गन्धक, वत्सनाभ, हरिताल– यी सबै शुद्ध सोधेको र मरीच, स्वर्णमाक्षिक भस्म लिई पहिले पारा र गन्धकको कज्जली गरी अनि अरू सबै औषधि मिसाएर राम्ररी खरल गर्नू र पछिबाट अदुवाको रसमा बेसरी घोटेर एकेक ग्रामको गोली बनाउनू । अदुवाको रस र महसित दुवै छाक एकेक गोली सेवन गरे सन्निपात–ज्वरमा लाभ गर्दछ। अनुपान फेरेर अरू पनि अनेक रोगहरूमा यसले तत्काल फाइदा गर्दछ।

१५. *कस्तूरी भैरव रस*– शुद्ध वत्सनाभ, फुराएको सुहागा, जाइफल, जाइपत्री, मरीच, पिपला, कपूर र कस्तूरी–यी सबै वस्तु समान भाग लिएर पहिले पानको रसमा शुद्ध वत्सनाभ र हिंगुल तथा कस्तूरी र कपूर मिलाएर त्यसपछि सबै वस्तुको चूर्ण मिसाई पानको रसमा घोटेर एकेक ग्रामको गोली बनाएर राख्नू। एकेक गोलीको मात्रा मह र पानको रसमा दिए सन्निपातको ज्वर र अरू पनि कुनै उत्पात भए आराम हुन्छ।

१६. *शीतमञ्जरी रस*– शुद्ध तूतिया दस ग्राम, क्षुद्रशङ्ख बीस ग्राम

र सोधेको हरिताल ४० ग्राम—यी सबैलाई खरल गरेर घिउकुमारीको रसमा बेसरी घोटेर (खरल गरेर) माटाको पात्रमा हाली मुख राम्ररी थुनेर माटो वा पीठोले थुने पनि हुन्छ। अनि गोबरको गुइठाको आगोमा पोलिदिनू। त्यो खरानी भयो होला भन्ने अन्दाजले झिकेर सेलाएपछि फेरि खरल गरेर सफा शीशीमा राख्नू। यसले सबै प्रकारका ज्वर, खोकी र अन्य उपद्रवहरू पनि निको पार्दछ। रोगीको बलाबल, अवस्था स्वयं विचार गरेर अदुवा र महसित दिनको दुइ मात्रा दिए अवश्य लाभ हुन्छ। मात्राको निर्णय चाहिं जान्ने वैद्यसित गराउनु उत्तम हुनेछ।

१७. *त्रिभुवन कीर्ति रस*— शुद्ध हिंगुल, शुद्ध वत्सनाभ, सुठो, मरीच, पिपला फुराएको, सुहागा र पिपला मूल—यी सबै वस्तुहरू समभाग लिनू र खलमा कुटी कपड़छान गरी त्यो चूर्ण अदुवा र धतूरोको रसमा तीन तीन भावना दिई स—साना गोली बनाएर छायामा सुकाई शीशीमा राख्नू। उमेर अनुसार एकेक गोलीको मात्रा अदुवाको रस र महसित दिनको तीनै छाक दिनू। यसले नयाँ वा पुरानो कफज ज्वरमा राम्रो प्रभाव देखाउँछ। यसको सेवनले ज्वर—सहित अन्य उपद्रव पनि शान्त पार्दछ। पित्त प्रधान प्रकृति हुने व्यक्तिलाई यसको मात्रा घटाएर दिनुपर्दछ। कुनै पनि ज्वरमा अनुपान र मात्रा ठीकसित मिलाएर दिए अवश्य लाभ गर्दछ। अनुपानको विषयमा जान्ने वैद्य वा बूढापुराना व्यक्तिसित सल्लाह लिए उत्तम हुनेछ।

१८. *सन्निपात भैरव रस*— शुद्ध हिंगुल ४० ग्राम र शुद्ध गन्धक २० ग्राम, शुद्ध वत्सनाभ २०ग्राम, धतूरोको बीज ३० ग्राम,

फुराएको सुहागा १० ग्राम–यी सबै औषधिहरूलाई निबू (कागती) को रसमा बेसरी घोटेर केराउको दाना जत्रो गोली बनाएर छायामा सुकाउनू। अदुवाको रससित दुवै छाक एक–एक गोली दिनाले सन्निपात ज्वरमा; जस्तै–निद्रा नलाग्ने, बर्ता कफ हुने, मुखको स्वाद बिग्रने, जिभ्रोको रंग साटिने, तन्द्रा आदि रोगमा रामबाण झैं लाभ गर्दछ।

१९. *कल्पतरुरस*– शुद्ध पारा, शुद्ध गन्धक र शुद्ध वत्सनाभरस दस–दस ग्राम, मैनसिल, फुराएको सुहागा, सुठो पनि दस–दस ग्राम र पिपला, मरीच बीस–बीस ग्राम लिनू। पहिले वत्सनाभ आदि सबै औषधिहरू कुटेर छानी चूर्ण तयार पार्नू गन्धक र पाराको कज्जली बनाएर त्यसमा सबै चूर्ण मिलाएर पाँच–सात घण्टा जति खरल गरेपछि 'कल्पतरुरस' तयार हुन्छ। यसको एक ग्रामको मात्रा सेवन गर्नाले श्वास–कास, मुखबाट पानी आउने, जरो आइरहने र मन्दाग्नि आदि रोग आराम हुन्छ। अदुवाको रस र मह मिलाएर दिनू। अनुपान भेदले अनेक रोगमा यसले लाभ गर्दछ।

२०. *मृत्युञ्जयरस*– शुद्ध वत्सनाभ विष, मरीच, पिपला–मूल, शुद्ध गन्धक र फुराएको सुहागा– यी सबै एक एक भाग र सिंगरफ दुइ भाग। पहिले सिंगरफलाई कागतीको रसमा भावना दिएर शुद्ध पार्नू। पारा र गन्धकको कज्जली मिसाउने भए, सिंगरफको प्रयोग नगरे पनि हुन्छ। त्यसपछि बेसरी खरल गरेर सुकाई स–साना गोली बनाएर शीशीमा राख्नू। यसको मात्रा एक गोलीदेखि चार गोलीसम्म दिन सकिन्छ। उमेर पुगिसकेको व्यक्तिलाई पूर्ण मात्रा र साना बालकलाई एक गोली मात्र दिनू। यो मृत्युञ्जय

रस सबै प्रकारको जरोमा लाभ गर्दछ।

अनुपान– डरलाग्दो जरोमा अदुवाको रस र महसित दिनू। अजीर्णको जरोमा कागतीको रसमा तथा विषम ज्वरमा भुटेको जीराको धूलोमा शक्कर मिलाएर दिए लाभ गर्दछ। भर्खर आएको नयाँ जरोमा यसलाई नरिवलको पानीसित दिनू। यसको एकेक गोली महसित खानाले सबै प्रकारको ज्वर निको हुन्छ। यो बाहेक अरू पनि रोगमा अनुपान फेरेर यसको प्रयोग गर्न सकिन्छ।

२१. *सर्वज्वरहर रस*– चितूको जरो, सुठो, मरीच, पिपला, अमला, हर्रो, बह्‍ेडा, नागरमोथा, वायविडंग, गजपिपला, पिपलामूल, खस–खस (उसिर), चिराइता, कुटकी, सहिजनको बीज, जेठी–मधु (मुलेठी) यी सबै औषधि समान भाग लिएर खरल गरी कूट–छान गरेर ती सबैको बराबर लौह–भस्म हालेर राम्ररी खरल गरी एकेक ग्रामको गोली बनाउनू। यो सर्वज्वरहर रस सबै प्रकारका ज्वर, खोकी, पित्तज ज्वर, सन्निपात ज्वर र पुरानो भइसकेको जरो, एक, दुइ, तीन दिन बिराएर आउने ज्वरमा एक ग्रामको गोली र अदुवाको रस र महसित दिए तीनै दिनमा जस्तो जरो भए पनि आराम हुन्छ। यसमा रोगीको बलाबल विचार गरेर अनुपानको मात्रा फेरेर दिन सकिन्छ।

२२. *कस्तूरीभूषण रस*– यसमा रससिन्दूर, अभ्रक भस्म, सुहागा फुराएको, कस्तूरी (राम्रो खाले), पिपला, मरीच,दन्तीको जरो, भाँगको बीज र कपूर– यी सबै समान भाग लिएर अदुवाको रसमा तीनपल्ट भावना दिएर फेरि राम्ररी खरल गरेर सात भावना दिई अनि खलमा सबै औषधि मिलाएर केही बेर पर्खी स–साना गोली बनाएर शीशीमा राख्नू। मात्रा उमेर अनुसार एकदेखि चार

गोलीसम्म दिन सकिन्छ। मह र अदुवाको रसमा दिनाले सबै प्रकारका ज्वर नाश हुन्छन्। सन्निपात ज्वर–जसमा रोगी जथाभावी बोल्न थाल्दछ, चेत हराउँछ, हातखुट्टा चिसो हुन्छ र नाडीको गति घटेर जान्छ, त्यस्तो मौकामा यो रस दिनाले आशातीत सफलता पाउन सकिन्छ।

२३. *त्रिपुरभैरव रस*– सुठो, मरीच र फुराएको सुहागा तीन–तीन ग्राम र काकड़ासिंगी चार ग्राम। यी सबैलाई मसिनु कुटेर तीन दिन कागतीको रसमा, पाँच दिन अदुवाको रसमा र तीन दिन पानको रसमा खरल गर्नू। अनि चनाको दाना जत्रो गोली बनाउनू। त्यसको एक गोली मह र अदुवाको रसमा दियो भने सबै प्रकारको सन्निपातमा आराम गर्दछ।

२४. *इच्छाभेदीरस*– शुद्ध सिंगरफ, सुहागा, सुठो र पिपला दस–दस ग्राम चालीस ग्राम जमालगोटा। यी सबैलाई चूर्ण तुल्याई गाईको दूधमा भावना दिनू। यो इच्छाभेदी रसले विष्टम्भ र अध्यान रोग निको पार्दछ। अनुपान भेदले अरू पनि अनेक रोगमा लाभ गर्दछ।

२५. *कुष्ठ–कुठार रस*– पारा–भस्म, शुद्ध गन्धक, सोधेको लोहा, तामा, गुर्जो, त्रिफला, बकाइनो, चितु, शुद्ध शिलाजीत– यी सबै औषधि दस–दस ग्राम, अडीरका बीजको चूर्ण २५० ग्राम र अभ्रक भस्म २५० ग्राम–यी औषधिहरू कूटी–छानी ठिक्क पारेर यी सबै वस्तुको बराबर गाईको घिउमा मुछेर माटोको भाँडोमा राख्नू। यसको आठ ग्रामको मात्रा गरेर दुवै छाक खान दिनू र अमिलो पिरो त्याग्नू। अलिदिन सेवन गरे यसले गलित कुष्ठ पनि

निको पार्दछ।

२६. *बह्निरस*— जाइपत्री, मरीच, शुद्ध गन्धक, ल्वाङ— यी सबै वस्तु समभाग लिई अमिली (तित्री) को पातको रसमा बेसरी घोटेर चनाको गेडा जत्रो गोली बनाउनू। यो प्रतिदिन एकेक गोली चिसो पानीसित सेवन गरे— यसले शूल, अग्निमान्द्य आदि अनेक रोगमा लाभ गर्दछ। अनुपान भेदले अन्यान्य रोगहरूमा पनि आराम दिन्छ।

२७. *कनकसुन्दरी रस*— मरीच, शुद्ध सिंगरफ, सुहागा, गन्धक शुद्ध सिंगिया विष, पिपला, धतूरोको बीज—यी सबै वस्तु कूटछान गरी भाँगको रसमा आठ घण्टा खरल गरेपछि यो रस तयार हुन्छ। यसले अनेक प्रकारका उदररोग र ज्वरमा पनि अनुपान मिलाएर दिए लाभ गर्दछ। यो प्रयोग भावप्रकाशमा छ।

२८. *ब्रह्मास्त्ररस*— पारा—भस्म र शुद्ध गन्धक दस—दस ग्राम, मरीच २०ग्राम सबै एकरस पारेर ज्वालामुखी (अरण्डी) को रसमा र अदुवाको रसमा २१ पुट दिएपछि यो तयार हुन्छ। यसको एक मिलिग्रामको मात्रा मह वा अदुवाको कि पानको रसमा दिए त्रिदोष सन्निपात पनि निको हुन्छ।

२९. *वृद्धचिन्तामणिरस*— सेतो जीरा, ज्वानो, आजमोदा, काकड़ासिंगी र असगन्ध— यी सबै समान लिएर मसिनो पारी कागतीको रसमा घोटेर (भावना) दिई एकेक ग्रामको गोली बनाउनू। यो तातो पानीसित एकेक गोली प्रतिदिन सेवन गरे खोकी, दम, प्रलाप, अतिनिद्रा र अरुचिमा लाभ गर्दछ।

३०. *आमवातारिरस*— शुद्ध पारा, शुद्ध गन्धक, सुठो, त्रिफला,

अमलतासको गुदी– यी सबै समान लिनू र हर्रोको बोक्रा सबै औषधिको तीनदोबर लिनू। पहिले पारा र गन्धकको कज्जली गरेर सबै औषधि मिसाउनू। अनि एक ग्रामको मात्रा गरी सुठो र एरण्डको छालाको काढासित सेवन गरे आमवात रोग सात दिनमै निको हुन्छ। दही, दूध, शखर, मासु, माछा र माष यी सबै वस्तु नखानू। यो भावप्रकाशमा लेखिएको छ।

३१. *गन्धक बटी*– शोधेको गन्धक, चित्रक र मरीच १० ग्राम, पिपला २० ग्राम, जवाखार र सीधेनून, कालोनून, साँभरनून पाँच–पाँच ग्राम लिएर सबैलाई मसिनो पिधी कागतीको रसमा एक सातासम्म खरल गरी चार ग्रामको प्रमाण गोली बनाई एक गोली चिसो पानीसित खाने गरे शूल, अजीर्ण, पेटको गोला, आमदोष आदि तत्काल आराम हुन्छ।

३२. *अजमोदादि चूर्ण*– अजमोदा, हर्रोको बोक्रा, चित्रक, ल्वाङ, दालचीनी, सिंधेनून– यी सबै वस्तु समभाग लिएर मसिनु कूट–पीस गरी, कपड़छान गरेर पाँचदेखि आठ ग्रामसम्मको मात्रा पानीसित सेवन गरे अजीर्ण निको हुन्छ र भोक बढ्दछ। शरीरमा यसले बलवीर्य पनि बढाउँछ, तर गाईको दूधको अनुपान गरेर सेवन गरे उत्तम हुन्छ।

३३. *जीरकादि चूर्ण*– भुटेको जीरा, बिरेनून, सुठो, पिपला, सिंधेनून, अजमोदा, भुटेको हींग र हर्रोको बोक्रा– यी सबै वस्तु केवल एक मात्राको निम्ति दुइ–दुइ ग्राम लिई कुटी–पिसी मसिनो पारेर तातो पानीसित एक साता जति सेवन गरे अजीर्ण आदि पेटका अनेक रोग– जस्तै; भोक नलाग्ने, जुका–चूर्ना परेको वा अरू

पनि सबै रोगमा आराम गर्दछ।

३४. *बृहत्सैन्धवादि तैल*— सिंधेनून, हर्रोको बोक्रा, पुष्करमूल, महुआ, पिपला—यी सबै वस्तु बीस—बीस ग्राम लिएर मसिनु पिधी एरण्डको तेल र सौंफको अर्क एकेक किलो, कञ्जी २ किलो, दही फेटेर बनाएको मही ४ किलो। यी सबै जम्मा पारेर फलामे कराहीमा बसाली मधूरो आगो बाल्नू। सबै रस डढेर तेल मात्र रहेपछि झिक्नू। त्यसबाट दिनहुँ ५ ग्राम खाने वा लगाउने गरे कस्तै पुरानो आमवात पनि आराम हुन्छ। यसले भोक बढ्दछ र शरीर, स्वास्थ्य ठीक पार्दछ।

३५. *अजमोदादि चूर्ण*— मरीच, पिपला, वायविडंग, देवदारु, चित्रक, सौंफ, सिंधेनून र पिपलामूल— यी सबै वस्तु दस—दस ग्राम र सुठो, हर्रोको बोक्रा सय—सय ग्राम ल्याएर मसिनो पिधेर सबै वस्तु बराबर (गुड) मिसाई जङ्गली बयरको गेडा जत्रो गोली बनाई दिनहुँ तातो पानीसित सेवन गरे आमवात, शूल, गृध्रसी, वायुगोला, प्रतूनी, कटी, पिठिउँ, तिघ्रा आदि करकरी खाएको, सुनिएको सबै रोगमा लाभ गर्दछ। 'पंचामृत—लौह गुग्गुल' र 'योगराज गुग्गुल' ले पनि बात—व्याधिमा इच्छित सफलता प्राप्त गर्न सकिन्छ। यी दुवै औषधि बजारमा किन्न पाइन्छन्।

३६. *मेथीपाक*— मेथी र सुठो सय—सय ग्राम लिई मसिनो पिधेर गाईको चार किलो दूधमा पकाउनू र चार किलो मिश्रीको चासनी बनाई त्यसैमा सबै वस्तु मिसाउनू, अनि मरीच, चित्रक, पिपला, सुठो, धनियाँ, सौंफ, जाइफल, कचूर, पत्रज, नागरमोथा— यी सबै दस—दस ग्राम लिई मसिनो पिंधेर कपड़छान गरी त्यही

चासनीमा मिसाई, कागतीको जत्रो गोली बनाएर प्रतिदिन एक गोली गाईको दूधसित सेवन गरे आमवात, वातव्याधि, विषमज्वर र प्रदर आदि रोगमा लाभ गर्दछ र वीर्य बढाउँछ।

अर्को प्रयोग– लसुनको रस र गाईको घिउ दस–दस ग्राम मिसाएर प्रतिदिन सेवन गरे पनि इच्छित सफलता प्राप्त हुन्छ। अर्थात् वातरोग अवश्य आराम हुन्छ।

३७. *ज्वरारिरस*– शुद्ध पारेको पारा, हरताल, तूतिया, सुहागा र गन्धक–यी सबै वस्तु समभाग लिएर करेलाको रसमा एक दिन खरल गरेर ताम्रपात्रमा एक अंगुल मोटो लेप गरेर दुइटा समान माटोको पात्रमा एकमा औषधि हाली अर्कोले छोपी माटोले टम्म मुख थुनेर बालुका–यन्त्रमा राखी यन्त्रको मुख खुला रहन दिई गुइँठाको आगोमा पकाउनू। त्यो बालुवामा धान हाल्दा लावा भयो भने औषधि सिद्ध भयो भन्ने थाहा हुन्छ। जब त्यो आफैं सेलाउँछ, अनि माटोको पात्रबाट औषधि झिक्नू। अनि ज्वरारिरस, मरिच मिसाएर धूलो पारी पानको पातमा एक ग्राम जति राखेर खान दिए कस्तै पुरानो ज्वर अथवा एक–दुइ दिन बिराएर आउने ज्वर भए पनि आराम हुन्छ।

३८. *नामर्दीको लेप*– चमेलीका पातको रस झिकेर कूट, सुहागा र मैनसील सबै वस्तु तिलको तेलमा पकाउनू। तेलको रंग फेरिएपछि झिकेर शीशीमा राख्नू। यसको चालीस दिनसम्म लिङ्गमा मालिश गरे दुर्बल भइसकेका नसाहरू फेरि सबल हुन्छन् र पहिले जस्तै स्फूर्ति–शक्ति प्राप्त हुन्छ। अथवा तोरीको तेल, मालकागुनो र छोहाड़ा समभाग लिएर बेसरी पिधी मनतातो लेप

गरे पनि लाभ हुन्छ। अथवा गगेरन, आँक, कनेर, पिपला, कूट, बच र मक्खन एकै स्थानमा मिलाएर तातो पारी लेप गरे पनि नामर्दी हराउँछ। अथवा अकरकरा, सेतो कनेरको फूल, जाइफल, सेतो गूँद मसिनू पिधेर मलहम जस्तै पारी इन्द्रियमा मर्दन गरे पनि लाभ हुन्छ। त्यही औषधि भैंसीको दूधमा फेटेर लेप लगाए पनि शिथिल नसाहरू फेरि दह्रा हुन्छन् र इन्द्रिय पहिले झैं कठोर हुन्छ।

३९. *त्रिफलादि स्वरस*– त्रिफलाको झोल र मह, काँचो बेसारको रस र मह, अथवा नीमको झोल र मह, अथवा गुर्जोको रस र मह मिलाएर पिउनाले सबै अंग पहेंलो भइसकेको पनि निको हुन्छ।

४०. *कामदेवरस*– सुन, चाँदी, तामा, हीरा, भस्म र पारा, गन्धक, लोहा शुद्ध पारेको यी सातैको क्रमशः दोबर मात्रा लिनू र घिउकुमारीको रसमा बेसरी खरल गरी शीशीमा हालेर माटोको पात्रमा तल–माथि नून राखेर माझमा शीशी सम्पुट (मुख थुनेर) मन्द–मन्द आगोमा दिनभरि रहन दिनू। बेलुका झिकेर आँकको दूधमा खरल गरेर असगन्ध,काकोली, केवाच (सिस्नो), मुसली, तालमखना र डाँठको झोलमा तीन–तीन भावना दिनू, अनि कमलको डाँठको झोलमा तीन–तीन भावना दिनू, अनि कस्तूरी, त्रिकुट, कपूर, शीतलचीनी, अलैंची, ल्वाङ आदि पिधेर सबै भावना दिएर तयार परेको चूर्ण र त्यसको अष्टमांश कस्तूर्यादि चूर्ण मिसाएर सबै औषधिको वजनको बराबर शक्कर मिलाएर पाँच ग्रामको मात्रा गरी सेवन गर्नू र अलिकति गाईको दूध पिउनू। यसको सेवनले अनेक स्त्री सेवन गरे पनि धातु घटेर दुर्बलता आउन्न। यो प्रयोग सिद्ध छ।

४१. *मुसलीपाक*– सेतो मुसली २५०ग्राम, काँचको बीज, विदारीकन्द, गोखुरी, शतावरी दस–दस ग्राम, खरेटी र सुठो बीस–बीस ग्राम–यी सबैलाई मसिनो पिधेर दस सेर गाईको दूधमा पकाउनू। दूध बाक्लो भएपछि १ किलो शक्खरको चासनी (लड्डू बनाउने जस्तो पारेर) अघि पकाएको बाक्लो दूध मिसाउनू। अनि यी औषधिहरू मिसाउनू–मरीच र पिपला दस–दस ग्राम, दालचीनी र पत्रक, अलैंची, नागकेशर, पाँच–पाँच ग्राम; कस्तूरी, ल्वाङ र जाइफल, जाइपत्री, वंशलोचन दस–दस ग्राम मिलाउनू। यी सबै औषधि सकेसम्म भिन्ना–भिन्नै पिधेर चासनीमा मिलाउँदै गए उत्तम हो। अनि सारबङ्ग अभ्रक, मृगाङ्क र हरगौरीरस–यी वस्तु पनि अनुमानले चासनीमा हालेर बेसरी घोटी एकरस तुल्याएर दस–दस ग्रामको गोली तयार पारी बिहान–बेलुका एक–एक गोली सेवन गरे शरीर पुष्ट पारी अनेक रोगहरू निको पार्दछ। सबै थरिका पाकहरू बनाउने क्रम यही हो। औषधि मिसाउने निर्णय वैद्यसितै नै लिनुपर्दछ।

४२. *च्यवनप्राशावलेह*– बेल, अरनी, स्योनाक, कम्भारी र पाटलाको बोक्रा, खरेटी, सालपर्णी, पृष्ठवर्णी, मुद्गपर्णी, माषपर्णी, पिपला, गोखरु, सानो र ठूलो कटेली, काकड़ासिंगी, भूमिआँवला, दाख, जीवन्ती, पुहकरमूल, हर्रो, गिलोय, ऋद्धि, जीवक, ऋषभक, कचूर, नागरमोथा, पुनर्नवा, सानो अलैंची, कमलगट्टा, रक्तचन्दन, विदारीकन्द, काकोली र काकजंघा–यी सबै वस्तु चालीस चालीस ग्राम र ठूला–ठूला पाँच सय अमला लिएर लुगाको खुकुलो पोको पारेर अलि ठूलो माटोको पात्रमा सोह्र किलो जलमा सबै

औषधि हाली त्यसमा अमलाको पोको झुण्ड्याएर बेसरी पकाउनू। चौथाई जल रहेपछि झिकेर अमलाका बीयाँ फालिदिनू। अनि पाँच–पाँच ग्राम घिउ र तेलमा त्यो अमलाको गुदी भुटेर सिलौटोमा पिँधी मसिनो बनाएर ५०० ग्राम मिश्री पहिले तयार पारिसकेको क्वाथमा मिसाएर अमलाको लेदो पनि त्यसैमा मिसाएपछि पाक हुन्छ। सिद्ध अवलेह सिद्ध भएपछि वंशलोचन, पिपला, दालचीनी, तेजपात, सानो अलैंची, नागकेशर–यी सबैको चूर्ण बनाएर अवलेहमा मिसाई मन्द–मन्द आगोमा बसालेर बराबर चलाइरहनू। एकजीउ भएर मिलेपछि झिकेर २५० ग्राम गाईको घिउ र मह हाली कुनै चिल्लो र सफा पात्रमा राखिदिनू। यसको मात्रा २० ग्राम हो। बाखीको दूधको अनुपान गरेर सेवन गरे–यसले राजयक्ष्मा, स्वरभंग, खोकी, श्वास, हृदयरोग, वातरक्त, प्यास, शूकर (पिशाबको दोष) निको पार्दछ। यो अवलेह ब्रणशोषी, वृद्धको आयु र कान्तिवान् पनि हुन्छ। इन्द्रियहरूमा बल बढाउने, अग्नि उद्दीपनकर्ता र स्त्री–रमणको इच्छा प्रकट गर्दछ। यसको केही दिन सेवन गरे बूढो पनि युवा झैं बन्दछ। च्यवन ऋषिले यही औषधिको प्रतापले यौवन प्राप्त गरेका थिए। जहाँ मिश्री वा चीनीको अभाव रहन्छ त्यहाँ शक्कर नै भए पनि हुन्छ, तर अमला धेरै बेर नभुटेर झिके पनि हुन्छ। प्रायः चतुर्थांश जल रहेपछि द्रव्यको रस त्यसमा आउँछ भन्ने कुरा भावप्रकाश ग्रन्थका लेखिएको छ।

४३. *खदिरारिष्ट*– देवदारु र खयर २५० ग्राम, बेसार र त्रिफला एक किलो, बकुची ५०० ग्राम–यी सबैलाई १५० किलो जलमा पकाएर जब १६ किलो रहन्छ तब चिसो पारेर तल लेखिएका

औषधि मिसाउनुपर्दछ। मह दस किलो, शक्खर ५ किलो, धएँराको फूल सय ग्राम, कंकोल, जाइफल, नागकेशर, ल्वाङ, अलैंची, तेजपात—यी सबै ५०—५० ग्राम र पिपला १६० ग्राम लिनू। अनि यसलाई घिउको भाँडामा एक महीना जति राखेर पिउने गरे हृदय रोग, अर्बुद गुल्म, ग्रन्थि, कास, फियो बढेको सबैमा आराम गर्दछ। यो खदिरारिष्टले सबै प्रकारका कुष्ट रोग निको पार्दछ।

४४. *हिङ्गाष्टक चूर्ण*— दस ग्राम हींग, अजमोदा, जीरा, सुठो, मरीच, पिपला तीन—तीन तोला, सिंधेनून र साँभरनून एकेक तोला—यी सबै वस्तु कुटी—पिसी कपड़छान गरेर चूर्ण तयार पार्नू। अनि भात खाँदा पहिलो गाँससित खानाले शूल, अर्धाङ्ग र अजीर्णमा तत्काल लाभ गर्दछ।

४५. *लवङ्गादिचूर्ण*— ल्वाङ, अगर, कपूर, कमलगट्टा, श्रीखण्ड चन्दन, स्याहजीरा, सेतो जीरा, खस, अलैंची, नागरमोथा, जटामासी, तगर, वंशलोचन, पिपला, कङ्कोल, मरीच, जाइफल, नागकेशर—यी सबै औषधि दस—दस ग्राम लिएर कुटी—पिसी कपड़छान गरेर चूर्ण तुल्याई सबैको आधा मिश्री मिलाई दिनको तीन ग्राम खाने गरे मन्दाग्नि, त्रयोदश वायु, कफ—पित्त, कण्ठरोग, कास—श्वास, अतिसार, गुल्म, प्रमेह र संग्रहणी आदि रोग निको हुन्छ।

४६. *भास्करचूर्ण*— पिपला र पिपलामूल, सिंधेनून, बिरेनून, साँभरनून, कचनून, सेतो जीरा, स्याहजीरा, वायविडङ्ग, पत्रज, तालीस, चव्य, मरीच, सौंफ, अलैंची, अनारदाना—यी सबै औषधि कुटी—पिसी कपड़छान गरेर चूर्ण तयार पार्नू। यसको चार—पाँच ग्राम तातो पानीसित प्रतिदिन सेवन गरे पेटका सबै विकार निको पार्दछ र त्यसै

फाँको मारे अजीर्ण र सन्निपातमा लाभ गर्दछ।

४७. कर्पूरादिचूर्ण— कपूर, कङ्काल, जाइपत्री, ल्वाङ, नागकेशर, सुठो, मरीच, पिपला—यी सबै वस्तु एकेक तोला लिएर कुटी—पिसी, कपड़छान गरेर चूर्ण बनाउनू र सबैको बराबर मिश्री मिलाएर दिनको एक तोला खाने गरे श्वास—कास, गुल्म र सर्दी रोगमा लाभ गर्दछ।

४८. *सिद्धार्थ चूर्ण*— सरस्यूँ, वच, कूट, पिपला, मरीच, सुठो, कुटकी, जायफल, चितूको बोक्रा, वायविडङ्ग, मजीठ, जीरा, ज्वानो, अजमोदा, कलौंजी, हींग, जाइफल, पिपलामूल—यी सबै बीस—बीस ग्राम लिई कुटी—पिसी कपड़छान गरेर गोमूत्रले मर्दन गरे तेह्र प्रकारका सन्निपात, शीतज्वर, उच्चाट, वायु, चिसो लागेको समेत सबै रोगमा लाभ गर्दछ। रोग—अनुसार प्रयोगमा अनुपान भिन्न—भिन्न राख्नुपर्दछ।

४९. *नारायण चूर्ण*— चितु, त्रिफला, सुठो, पिपला, मरीच, जीरा, हर्रो, बयर, वच, ज्वानो, असगन्ध, अजमोदा, कचूर, धनियाँ, वायविडङ्ग, कालो जीरा, पुष्करमूल, पाँच प्रकारको नून समभाग; इन्द्रायण, निसोथ र जमालगोटा तीन—तीन भाग; पीतपुष्प र सिउँडीको जरा चार भाग लिनू। अनि यसको चूर्ण बनाएर कठिन कुष्ठ रोगीलाई पहिले पाचन र स्वेदन गरेर यो चूर्ण रेचनार्थ दिएदेखि हृदयरोग, पाण्डुरोग, कास, श्वास, मन्दाग्नि, भगन्दर, ज्वर, ग्रहणी र कण्ठरुज्मा आराम गर्दछ।

५०. *गन्धकबटी*— नून, मरीच, चित्रक, पिपला, जवाखार, सिंधेनून, बिरेनून र शुद्ध गन्धक सबै दस—दस ग्राम पिधेर कागतीको रसमा

सात दिन खरल गरी पाँच–पाँच ग्रामको गोली तातो पानीसित सेवन गरे अजीर्ण, शूल–आमवात, वायुगोला आदि सबै रोग निःसन्देह आराम हुन्छ।

५१. *त्रिफलामोदक*– त्रिफला २०० ग्राम, त्यसको आधा भलायो, बकुची २०० ग्राम र त्यसको आधा लौह–भस्म, निशोथ, गुग्गुल, शिलाजीत–यी सबै पचास–पचास ग्राम; पुष्करमूल, चितू, मरीच सय–सय ग्राम; सुठो, पिपला, नागरमोथा, अलैंची, पत्रज र केसर पाँच–पाँच ग्राम लिएर धूलो पारी सबै वस्तुको बराबर शक्खरमा पाक गरेर चूर्ण मिसाई मटरको दाना जत्रो गोली बनाउनू र अग्निबल विचार गरेर रोगीलाई एकेक गोली तातो पानीसित खान दिने गरे समस्त कुष्ट, त्रिदोष, आमरोग, भगन्दर, प्लीहा, गुल्म, जिह्वा, कण्ठरोग, ग्रीवारोग र पृष्ठरोग निको हुन्छ। कम्मरभन्दा तलको रोगमा खाइसकेपछि औषधि दिनू अनि मन्दाग्निमा आधा खाइसकेपछि; कम्मरभन्दा माथिको रोगमा खाना खाइसकेपछि औषधि दिए छिटै आराम हुन्छ।

५२. *चन्द्रप्रभाबटी*– कपूर, वच, नागरमोथा, गुर्जो, देवदारु, बेसार, अतीत, दारुहल्दी, पिपलामूल, चितू, धनियाँ, त्रिफला, वायविडङ्ग, गजपीपल, त्रिकूट, सोनामक्खी भस्म, सज्जीखार, जवाखार, सिंधेनून, बीरेनून, पाँगा नून, निशोथ, दन्ती, पत्रज, अलैंची र वंशलोचन– यी सबै दस–दस ग्राम र भस्म पचीस ग्राम–यी सबैको चूर्ण बनाएर पचास ग्राम मिश्री र त्यसको दोबर शुद्ध शिलाजीत एकत्र पारेर स–साना गोली बनाउनू। यो चन्द्रप्रभा बटी–कास, प्रमेह, कृच्छ्र, मूत्राघात, पथरी, पेट सुनिने, अण्डवृद्धि,

कटिशूल, श्वास–कास, कुष्ट, मेद, अन्त्रवृद्धि, पाण्डु, कमल (पहेंलो हुने) रोग, सर्वाशि, दाद, उदररोग, भगन्दर, दन्तरोग, नेत्ररोग, नारीको ऋतुरोग, पुरुषको धातुरोग, मन्दाग्नि, अरुचि, वातपित्त र कफरोगविनाशिनी र बलवीर्य बर्द्धिनी छ, यो रसायन हो, यसको दसदेखि सोह्र ग्रामसम्मको मात्रा दिन सकिन्छ, तर रोगीको बलाबल र स्थितिका साथै अनुपान मिलाउन स्वयं वैद्यले नै जान्नुपर्दछ।

५३. *एलादिचूर्ण*– अलैंची, प्रियंगु, मोथे, बयरको भित्री गुदी, पिपला र श्रीखण्ड चन्दन, धानको लावा, ल्वाङ र नागकेशर–यति सबै जम्मा पारेर कुटी–पिंधी कपडछान गरेर मह र मिश्री मिसाएर बिस्तार–बिस्तार अलि–अलि रोजै चाट्ने गरे वात–पित्त र कफजनित सबै रोगमा लाभ गर्दछ।

५४. *स्वरस–विधि*– कुनै पनि द्रव्य राम्रो स्थानबाट उखेलेर धोईपखाली पानी नमिसाईकन बेसरी कुटेर लुगामा राखी निचोरेको वस्तुलाई नै 'स्वरस' वा 'अङ्गरस' भन्दछन्। कुनै द्रव्यलाई २०० ग्राम जति कुटेर दोबर जलमा दिन–रात भिजाएर छानेको पनि 'स्वरस' नै हुन्छ। यदि हरियो द्रव्य पाइएन भने सुकाएको द्रव्यमा आठ दोबर पानी हालेर पकाई एक चौथाई शेष रहेपछि मात्र प्रयोग गर्न हुन्छ। ताजा द्रव्यको रस अलि गह्रौं हुन्छ। यसको प्रयोग बीस ग्रामसम्म गरे उत्तम हुन्छ। भिजाएर झिकेको स्वरस अलि हलुको मानिन्छ, यसको प्रयोग ५० ग्रामसम्म गरे हुन्छ। स्वरस अथवा काढा वा यन्त्रद्वारा झिकेको रसमा मह, शक्कर, गुड़, जीरा, नून, घिउ, तेल र चूर्ण– यी सबै १०।१० ग्राम मिलाएर प्रयोग गरे लाभदायक हुन्छ। गुर्जोको रस र मह मिसेर खाने गरे प्रमेह निको हुन्छ। अमलाको रस र बेसारको चूर्णमा मह मिसाएर सेवन गरे पनि प्रमेह निको हुन्छ। यो सिद्ध प्रयोग हो।

५५. *नारायणी तेल*— वायविडङ्ग, सरस्यूँ, मजीठ, वच, कूट, जाइफल, कचूर, अजमोदा, पुष्करमूल, सेतो–रातो दुवै चन्दन, रायो, नागरमोथा, चिराइता–यी सबै औषधि ५०–५० ग्राम लिएर कुटी, पिंधी कपड़छान गरी एक किलो तोरीको तेलमा हालेर बेसरी पकाई शीशीमा हालेर राख्नू। यो तेल मालिश गर्नाले गठिया वात–सम्बन्धी सबै रोग केही दिनमै निको हुन्छ।

५६. *कूष्माण्ड*— कुभिण्डो ताछेर सय टुक्रा तुल्याई त्यसको दोबर पानीमा पकाउनू। आधा घटेपछि ती सबै टुक्रा लुगामा हालेर निचोरी टुक्रा जति घाममा सुकाई प्रत्येक टुक्रामा सीयोभन्दा अलि मोटो फलामले कोच्नू। त्यसपछि ती टुक्रा ३०० ग्राम घिउमा तामाको कराहीमा पकाउनू र अघि निचोरेको पानी त्यसैमा फेरि हालिदिनू। अनि पाँच किलो शक्खर हालेर फेरि पकाई त्यसमा सुठो, पिपला र जीरा सय–सय ग्राम धूलो पारेर मिसाउनू। धनियाँ, पत्रज, अलैंची, मरीच--यी बीस–बीस ग्राम धूलो (चूर्ण) पारेर त्यसैमा सुठो, पिपला र जीरा सय–सय ग्राम धूलो पारेर मिसाउनू। धनियाँ, अलैंची, मरीच–यी बीस–बीस ग्राम धूलो (चूर्ण) पारेर त्यसैमा मिसाउनू र घिउको आधा मह मिसाएर रोगीको बलाबल विचार गरी रक्तपित्त, ज्वर, क्षय, प्यास र कास--श्वासको रोगीलाई उचित मात्रा मिलाएर दिए अवश्य लाभ हुन्छ।

५७. *गजकेसरी रस*— हर्रोको बोक्रा, सुहागा, सुठो, भुटेको हींग, मरीच, चित्रक, शुद्ध पारेको गन्धक, सिंधेनून–यी सबै वस्तु कुटी–छानी एकरस पारेर एक ग्रामको मात्रा गरी, तातो पानीसित सेवन गरे कोष्ठ–बद्धता, पेटको गोला, खोकी, अजीर्ण, मन्दाग्नि आदि अनेक रोगहरूमा लाभ गर्दछ।।

इति

●